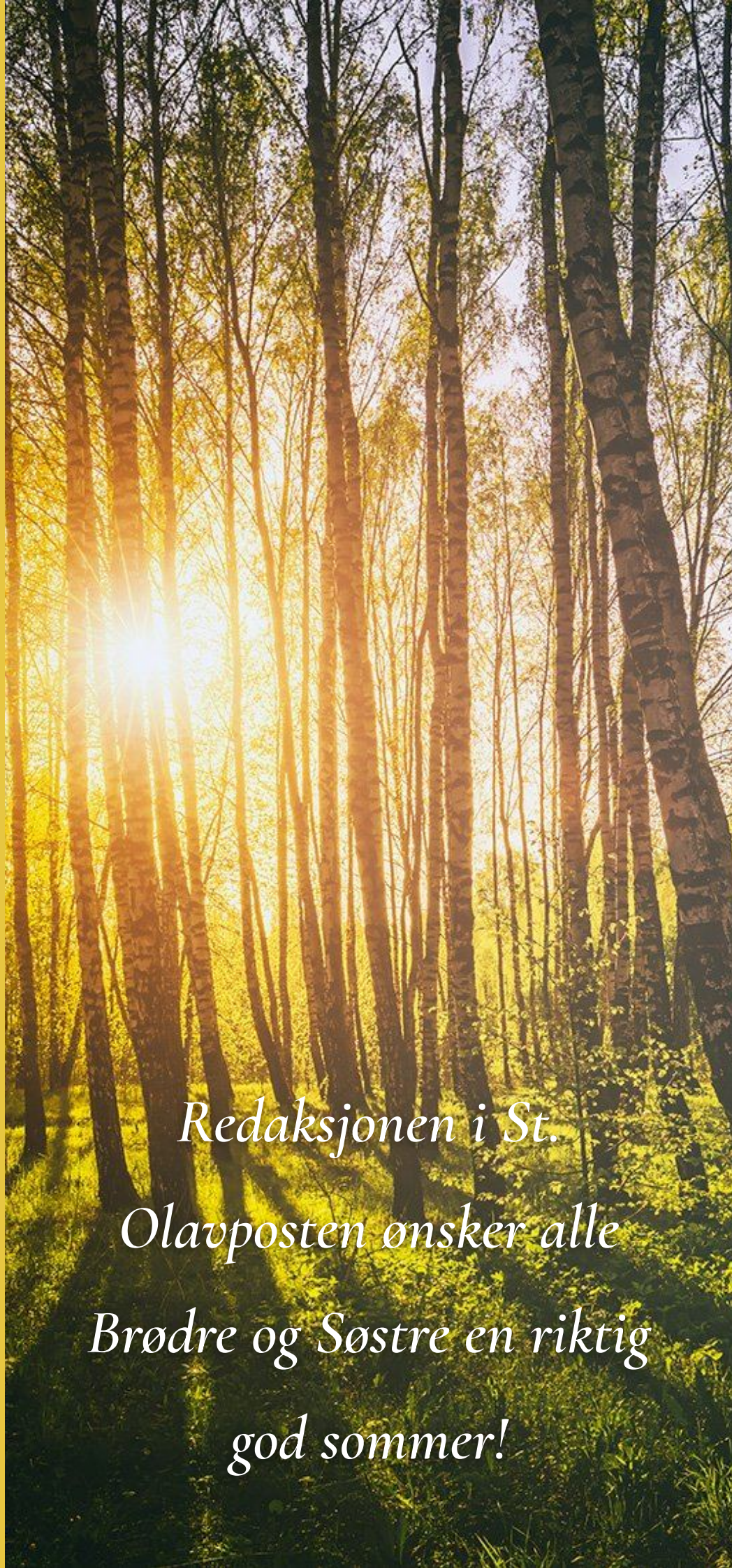
St. Olav-posten



Redaksjonen i St. Olavposten ønsker alle Brødre og Søstre en riktig god sommer!

ORGAN FOR
ORDENEN RIDDERE
AV
DET HVITE KORS

2/2026 · ÅRGANG 54

STORKOLLEGIET

STORKOMMANDØR
Trygve Jarholt rhksk@losje.org
Losje St. Olav II Oslo

STORÅRMANN
Nils Helle rhksaam@losje.org
Losje St. Olav XIII Hønefoss

STORPRELAT
Steinar Braaten rhksp@losje.org
Losje St. Olav XIII Hønefoss

STORKANTOR
Geir Sivertsvik rhkska@losje.org
Losje St. Olav XIX Trondheim

STORVOKTER
Tor Arne Aarhus rhksv@losje.org
Losje St. Olav XXVI Eidsvoll

STORSEGLBEVARER
Åge Brenna rhkssb@losje.org
Losje St. Olav XVIII Lillehammer

STORSTATTHOLDER
Tor-Håvard Brekke rhksst@losje.org
Losje St. Olav XXI Voss

1. STORMARSKALK
Knut Asbjørn Aasland rhk1sm@losje.org
Losje St. Olav XXV Steinkjer

2. STORMARSKALK
Arne Karlsen rhk2sm@losje.org
Losje St. Olav XIX Trondheim

Ordenen Riddere av Det Hvite Kors i Norden
Stiftet 22. januar 1908
c/o Åge Brenna, Blåbærvegen 14, 2670 Otta
E-post: rhkssb@losje.org · www.losje.org

INNHOLD

Hilsen fra Redaksjonen 3
Leder 4
Nytt fra Valkyrjen 6
Oldermann orienterer og inviterer 8
Hærmesters Hjørne 9
Portretter av Ordenens øverste ledere 11
Ulf-Inge Ellingsen, Overårmann · Ola Grenne, Overprelat · Espen Thoenbakken, Overstattholder
Storkommandørs ideologiske tale 15
Nytt fra rekrutteringskomiteen 19
Fra Losjenes aktiviteter 20
Losje St. Olav IV Sarpsborg · Losje St. Olav V Fredrikstad · Losje St. Olav XIV Kristiansand · Losje St. Olav XVI Hamar · Losje St. Olav XX Haugesund · PLO Gula
Transkribering av "Selskabet Nora" sine første protokoller 26
Følelser 30
Såga om «Olav den hellige» og litt om kristningen av Norge 32
Vennskap 39
I lyset - mot lyset 40
Møteplan 42
Nye Brødre og Brødre som har gått bort 43
Pusteøvelse 44

Redaksjonen for St. Olavposten: rhkposten@losje.org
Ansvarlig redaktør: Storkommandør, Trygve Jarholt
Redaksjonsleder: Ivar Sørensen, PLO Kaupang/Losje X Skien
Lay-out/grafisk: Ulf-Inge Ellingsen, PLO Viken/Losje II Oslo
Redaksjonsmedlemmer: Ole Morten Reitan-Risan, PLO Trøndelagen/Losje XXII Stiklestad · Terje Nordahl, PLO Borgar/Losje XXVII Drøbak · Rolf Ola Granrud, PLO Miøsen/Losje XVIII Lillehammer · Tore Storm Ørebech, PLO Viken/Losje III Kongsberg · Erik Pettersen, PLO Gula/Losje XVII Stavanger

Frist for innsending av stoff til neste nummer av St. Olavposten: **13. september 2026**.

Neste nummer kommer ut ca. 20. oktober 2026.

Hilsen fra Redaksjonen

Av Ivar Sørensen, Redaksjonsleder

I denne utgaven av St. Olavposten starter vi på en ny historisk artikkelserie skrevet av Broder Per Stranger-Thorsen Losje IX Tønsberg. Denne gangen har han tatt for seg «Såga om Olav den Hellige». Det ligger svært mye arbeid bak en slik artikkelserie, så vi takker så mye for hans bidrag.

For øvrig takker vi for innsendt stoff om Losjenes aktiviteter og for det som er sendt inn av mer åndelige art. Det har gjennom ganske mange år nå kommet inn nok stoff til å utgi svært fyldige utgaver av St. Olavposten.

RHK Forskningslosje Festina Lente bidrar også i stor utstrekning med innhold til St. Olavposten, og til mulig innhold i Losjemøtene gjennom de etablerte temagruppene. Samtidig kommer de nå med nye og innholdsrike utgaver av sitt eget medlemsmagasin, Yggdrasil. St. Olavposten og Yggdrasil har forskjellig profil og oppgave i vår Orden, hvor Yggdrasil vil gå mer i dybden på sine åndelig-filosofiske og historiske områder, men samtidig kunne dele med seg interessant stoff også i St. Olavposten fremover.

St. Olavpostens oppgave er å vise bredden i hva som skjer og fremføres i den enkelte Losje og i Ordenen, da på en positiv og oppbyggelig måte. Debatter og saksbehandling må derfor skje i andre fora, hvor saks behandling skal foregå.

Til slutt vil jeg få takke for meg som Redaksjonslede i St. Olavposten på syvende året. Det har selvfølgelig vært en god del arbeid og oppfølging, men samtidig en kjær plikt og en stor glede! Gleden, i en slik sammen heng, består i å samarbeide med Brødre med særlig stor interesse og engasjement for Ordensarbeidet, også som en utviklingsarena for den enkelte. Her skal alle kunne ta del i en fellesskapsfølelse for hele vår Orden. Det har vært interessant og berikende, for min egen del, å få god kontakt og gode samtaler med Brødre over hele Losje-Norge og, ikke minst, å kunne rapportere fra veldig givende møter i enkeltlosjer eller i Rikslosjemøter. Tusen takk også til resten av Redaksjonskomiteen for engasjementet og godt samarbeid, ikke minst til Broder Roar Svendsen, med ansvar for lay-out og det grafiske, for det nødvendige, tette og fleksible samarbeidet gjennom disse syv årene. Til den nye Redaksjonslederen, Ulf-Inge Ellingsen fra Losje II Oslo og Overårmann i Kollegiet, ønsker jeg lykke til

«Redaksjonen ønsker alle våre Søstre, Brødre og lesere akseptable varmegrader fremover og en riktig god sommer!»



Gode Ordenssøstre og Ordensbrødre!

Av Trygve Jarholt, Storkommandør



Storkommandør Trygve Jarholt

Dette nummeret av St. Olavposten er siste nummer hvor Broder Ivar Sørensen er leder av redaksjonen. Den arbeidsinnsatsen som Broder Ivar har vist gjennom de årene han har vært leder av redaksjonen har løftet bladet til et veldig høyt nivå. Vi får bare positive tilbakemeldinger om St. Olavposten, og jeg er takknemlig for alt Broder Ivar gjort for å utvikle St. Olavposten i den perioden han ledet redaksjonen. Ny redaksjonsleder kommer fra Kollegiet – Overårmann Ulf-Inge Ellingsen skal ta over stafettpinnen fra Broder Ivar fra høsten av.

Det skjer en positiv endring i vår Orden. Nå har vi gått fra et medlemstall som faller fra år til år, til at vi i år kan få en vekst. Jeg selv var ansvarlig for rekrutteringen i Losje II Oslo og etter hvert rekruttering og markedsføringsprosjektet i vår Orden. Det er ingen enkel oppgave, men det er en takknemlig oppgave å arbeide med rekruttering. En forutsetning i RHK og de enkelte Losjene er at det krever kontinuerlig arbeid over tid. Vi som er Ordenens ledelse, ser derfor med glede i arbeidet som utføres i de aller fleste St. Olavlosjer. Men jeg synes at Losje IV Sarpsborg, Losje V Fredrikstad og Losje XX Haugesund har en dokumentert vekst i den perioden som er bak oss. Vi skal lære av hverandre – og det som er gjort i disse St. Olavlosjene, og andre Losjer, skal vi ta med oss og bruke aktivt i markedsføring og rekruttering.

Vi har forsterket det sentrale rekrutteringsprosjektet. Rekruttering er det viktigste vi prioriterer i denne perioden. Jeg merker at alle ønsker å bidra positivt til at vi skal ha gode møter, som gir oss gode verktøy til



rekruttering. Forskningslosjens leder, Kjell Fagerland, ønsker å bidra til at alle Losjer skal ha gode møter med dypt innhold. Derfor er en av de viktigste satsningsområdene til Festina Lente å utvikle innlegg som kan benyttes i St. Olavlosjene og PLOene. Innleggene finnes på Gnist – så jeg håper og tror innleggene kan benyttes direkte eller som inspirasjon til gode innlegg. Hvilken sammenheng har et godt møte, med gode innlegg med rekruttering? Jo – fordi alle vi, som er medlem av RHK, ønsker å informere om alt det positive vi opplever i vår Orden, på våre møter og i det gode Broderskapet.

Det med Ordensarbeid medfører at hver av oss har et ansvar for å utvikle oss selv. For egen del så har jeg brukt mye tid min forståelse av Ritualer, opplæring, lese historie med ny forståelse og gleden av et godt Broderskap og vennskap.

Det å lese historie er av og til å lese de store linjene av historieutvikling, men også å forsøke å forstå hvilke utviklinger som har preget de enkelt mennesker i sin historie. I de siste årene har jeg brukt mye tid på å lese filosofi. Nå bruker jeg en del tid på å lese om stoikerne. Det som er fascinerende med stoikerne var at de stilte de samme spørsmålene om hvordan å leve et godt liv som er høyaktuelt i dag, selv om de levde for 2 – 2.500 års siden.

Hva er relevansen for oss i vårt liv? Det er utrolig mye som skjer i en urolig verden, men det aller meste kan du ikke påvirke. Det innebærer at du ikke skal bry deg, men du skal sette søkelys og bruke energi på det du kan påvirke. Det du kan kontrollere – er deg selv – dine egne tanker, holdninger og handlinger. Stoikerne var også tydelig på at du skal ikke la følelsen styre dine valg. Ved å la følelsen styre så feiltolker man virkeligheten. Så begynn med deg selv. Det høyeste gode blant Stokierne var å leve et liv av visdom, mot, rettferdighet og måtehold. Derfor finner jeg mye av RHKs livsfilosofi blant Stoikerne.

«En av grunnprinsippene til Stoikerne er at du kan ikke kontrollere alle hendelser, så du skal ikke bruke din energi på hva du selv ikke kan påvirke.»

Sommeren er en tid hvor vi treffer andre mennesker i et roligere tempo enn ellers. Det er en tid for «den gode samtalen» med mange rundt oss. Det er en også en tid for egentid og refleksjon. For egen del så bruker jeg mye av sommertiden på turer i fjellet. Fjellet har for meg alt, enten det er tett tåke hvor jeg kun ser det som er nærmest, eller hvor man er på en topp hvor man ser hele Norge.

Ha en riktig god sommer, ta vare på dere selv og alle rundt dere. Vær nå klar til Ordensarbeid utover høsten.



Enige og Tro indtil Dovre Falder

Gode Losjesøstre i Losje Valkyrjen og Ordensbrødre i Losje St. Olav

Av Mette Kathinka Hoffmann, Landspresident i Losje Valkyrjen

Nå går det mot lysere tider etter en litt grå vinter, og vårt Losjeår (i hvert fall Losje Valkyrjens) er i skrivende stund, på hell. Vi har nettopp avviklet vårt Landsting og tinget foregår som regel på det sted et eller i den byen hvor Landspresidenten bor med påfølgende Installering av Landslosjens Råd i den Losjen som Landspresidenten tilhører. Det er mye arbeid, før og etter Landstinget, både for Landslosjens Råd og for Rådet i hjemlosjene. Jeg vil benytte denne anledningen til nok en gang å takke for alt arbeid som er nedlagt i denne forbindelse!

Vi gjennomgikk 15 saker, og det ble et fint Landstingsmøte med saklige innspill og fine diskusjoner på tvers av generasjoner. Lærerikt både for «gamle» og unge! Jeg anbefaler alle Losjer å sende 3. Gradssøstre til Landsting som observatører! Etter at sakene var stemt over og vedtakene notert – var det valg av Embetssøstre til Landslosjens Råd. Ikke enkelt for valgkomiteer i disse dager, men Valgkomiteen – som besto av President Nina fra Skien og President Renate og Visepresident Ragnhild fra Moss – startet tidlig med prosessen og kom «i mål» i god tid! Bra jobba!

Følgende ble valgt/gjenvalgt:

LANDSPRESIDENT
Mette Hoffmann — Gjenvalgt for 4 år

LANDSVISEPRESIDENT
Synnøve Brenno — Ikke på valg

LANDSRÅDSFRUE
Ellinor Larsen — Ikke på valg



Landspresident Mette kathinka Hoffmann

LANDSSEKRETÆR
Karin Dahlmann

LANDSKASSERER
Kjellaug Olsen — Gjenvalgt for 4 år

LANDSMARSJALL
Tone Britt Blikø — Ikke på valg

LANDSVAKTHAVENDE
Elisabeth Teien — Valgt for 2 år

SUPPLEANT
Helene Misund

SUPPLEANT
Mary Johanne Vannebo



Foran fra v: Suppleant Helene Misund, Landsmarsjall Tone Britt Blikø, Landskasserer Kjellaug Olsen og Landsvakthavende Elisabeth Teien Bak fra v: Ledsager Kirsti Møller-Henriksen, Landsrådsfrue Ellinor Larsen, Seremonimester Aud Odsbu, Landspresident Mette Hoffmann, Landsvisepresident Synnøve Brenno, Landssekretær Karin Dahlmann og Ledsager Lindis Hovden Smeby

Søster Inger Johanne ble takket av etter sin innsats «både her og der» i Landslosjens Råd. Ingen Landsting uten sosialt samvær, og på lørdag var (nesten) alle samlet til festmiddag på hotellet. Der fikk vi servert en tre-retters meny bestående av laksepate, kyllingconfit og ostekake. Stemningen var høy – i ordets rette forstand – og latteren satt løst som den pleier. På søndag, dagen etter Landstinget var det høytidelig installasjon av Landslosjens Råd og Seremonimester var Søster Aud Odsbu fra Losje X Moss. Ledsagere var Søster Kirsti Møller-Henriksen og Søster Lindis Hovden Smeby – begge fra Losje II Drammen.



Etter møtet avsluttet vi helgen med Søstermåltid som besto av deilige snitter og hjembakte kaker. Søster Sidsel Haagensen fra Losje II Drammen, var den perfekte vertinne, og Søster Tone Britt fra Losje VII T rondheim loset oss igjennom sanger og taler som den morsomme toastmaster hun er – og jammen holdt hun takk-for-maten-tale også!

Det var blomsteroverrekkelser til Seremonimester og ledsagere, og til Losjens «ja-menneske» Inger Johanne Bentsen som atter en gang har beriket Landslosjens Råd med sin kunnskap og viten. Hun kommer nok igjen! Igjen stor takk til alle som bisto til at dette ble nok et vellykket Landsting!

Jeg benytter også anledningen til å ønske alle Brødre og Søstre i vår Orden – en riktig god sommer!

Oldermann orienterer og inviterer

Av Kjell Fagerland, Oldermann

Festina Lente (skynd deg langsomt) er navnet vi har valgt for vår nyetablerte Forskningslosje, som ble stiftet iTrondheim 15. mars i år. Datoen ble litt symbolsk for meg, da vår Losje St. Olav II Oslo ble stiftet på samme dato for 116 år siden. Jeg har vært så heldig at jeg har vært medlem i Oslo i 53 av disse årene.

Mange av våre Embetsmenn som ble Installert, har igjennom mange år tilført vår Orden mange nye og bedre Ritualer, opplæring og gode innlegg i tilpassede temaer og øvrig visdom. Med andre ord, de har stått for den åndelige utvikling av vår kjære Orden.

En av våre viktigste oppgaver framover vil være å gi tilbud til alle som vil lære og utvikle ny kunnskap, lage innhold og opplegg til Losjemøter og temamøter etc. Vi skal etablere et læringssenter og inkludere Akademiet, biblioteket og arkivet. Videre skal Festina Lente arbeide og forske i Ordenens historie. Vi skal også fullføre transkriberingen av 700 sider, fra midten av 1800-tallet, som ble avfotografert i USA 2024. Det er en stor jobb som må gjøres i etterkant for å få det leselig.

I Charteret finnes store deler av den esoteriske kunnskapen. Arbeidet som er påbegynt skal utvikles videre. Vi kjenner lite til historien til vår stifter Hans Hansen fra Drammen. Dette er også et av våre oppdrag å finne ut av.

Kunnskap må forbedres, utfordres, og økes hele tiden, ellers forsvinner den



Oldermann Kjell Fagerland

Festina Lente ønsker å bidra til GODE møter i våre St. Olavlosjer og sørge for at alle Losjene i landet skal blomstre og at hvert møte skal bli en opplevelse og engasjement for alle våre medlemmer. Vår drøm og intensjon er at når møtet er over, får vi alle en GOD følelse og gleder oss til det neste møtet. Om du ønsker å få vårt blad Yggdrasil med mye lærdom og informasjon og er i fra 4. -5. Grad send epost til:

FestinaLente@losje.org

Bladet som kommer på epost, 2 ganger i året koster kr. 200,00 i året, og medlemskapet følger med.

Vårt første ordinære medlemsmøte vil finne sted 6. september 2026 i Hønefoss i forbindelse med PLO Viken sine møter 5. og 6. september. Møtet starter søndag etter lunsj ca 12:30. Det er losjemøter i PLO både før og etter vårt møte. Hjertelig velkommen til en historisk begivenhet i vår Orden. Vi er kjent med at det er mange som finner veien til Hønefoss den dagen.

Ønsker alle en riktig god og trivelig sommer!

PLO Trøndelagen

Av Arne Skive, Hærmester



Hærmester Arne Skive

Provinsiallosje Trøndelagen ble stiftet 7. februar 2004 som den første PLOen i vår Orden. Jeg ble valgt og innsatt som Hærmester på vårt møte i februar 2025 som den 4. Hærmester i PLO Trøndelagen. Jeg føler det som en stor ære å få anledning til etterfølge kjente og kjære forgjengere. Første Hærmester i PLO Trøndelagen var Idar Kåre Loe, deretter fulgte Per Arthur Leknes og sist, men ikke minst, min navnebror Arne Karlsen som satt i Embetet i 10 år. Jeg vil sende mange takk til de nevnte, for den jobben de la ned for at PLO Trøndelagen er der den er i dag.

Provinsiallosje Trøndelagen er den minste PLOen i vår Orden, med kun 3 St. Olav Losjer i sin region, Losjene XIX Trondheim, XXII Stiklestad og XXV Steinkjer som til sammen kun har et medlemstall på 100 Brødre, av disse er det pt. 71 som er medlemmer i PLO Trøndelagen, noe som sier at vi har meget stor oppslutning til de høyere Gradsavsnitt i vår region. Provinsiallosje Trøndelagen har sine møter i Frimurerlosjen sine ærverdige lokaler i Trondheim. Der er det gode lokaliteter for våre formål – Ridderhall med romslig forhall – stor spisesal og en peisestue for kos og gode samtaler i forbrødringens tegn.

Provinsiallosje Trøndelagen har vært en 18. Grads Losje siden oktober 2011. Vi har hele tiden arbeidet mye med fordypning i de enkelte Grader for våre Brødre, noe som gjør at mange har gått veien til 30. Grad, og deretter har mange blitt hentet inn som Kandidater til verv som Embetsmenn i Rikslosjen, eller i diverse komiteer eller andre støttefunksjoner i Ordenen. Det er selvfølgelig en fin bekreftelse at mange av våre Brødre har fått tillit til å tjenestegjøre i Rikslosjen. Men det skaper til tider en utfordrende situasjon for å finne tilstrekkelig med Embetsmenn i egen Losje. For det er ikke bare tjeneste i Rikslosjen, men også mange av våre Brødre har verv i St. Olavlosene i regionen, og når ingen kan ha dobbelverv, er det til tider en vanskelig kabal å finne løsning på.

PLO Trøndelagen har endret noe på hvordan Brødrene kan ta ordet i Ridderhallen. I stedet for at de som har noe på hjertet skal melde fra til Årmann før møtestart så spør nå Årmann i møtet om det er noen som har noe de ønsker å meddele de øvrige Brødre Riddere.

Videre så har jeg etter at jeg tiltrådte Embetet som Hærmester startet et prosjekt for å få mere innhold i møtene. Det går ut på at jeg tenker ut et emne som kan være interessant for Brødrene og tar kontakt med noen av Brødrene om de kan tenke seg å holde et innlegg på inntil10 minutter. Da dette er forholdsvis nytt så har jeg ikke den store erfaringen, men har så langt fått bare positiv

tilbakemelding om tiltaket. Jeg har to årsaker til at jeg setter i gang dette, for det første at det kan bli mere fristende å delta på møtene, og sist, men ikke minst, så er tiltaket ment at det vil bidra til læring ved deltakelse. Da vil forhåpentligvis tiltaket være med på å bidra til at deltakelsen på møtene og fordypning i temaer ha en positiv effekt.

Vil også nevne en viktig tradisjon for oss, er at vi på hvert møte avslutter møtedagen med et taffel hvor det serveres en 2 retters middag, som kan kombineres med godt drikke. Bakgrunnen for at vi blåholder på denne tradisjonen etter over 20 år er at det viser seg at det fremmer Broderskapet og at den sosiale biten i Ordensarbeidet også får sin plass i møtet.

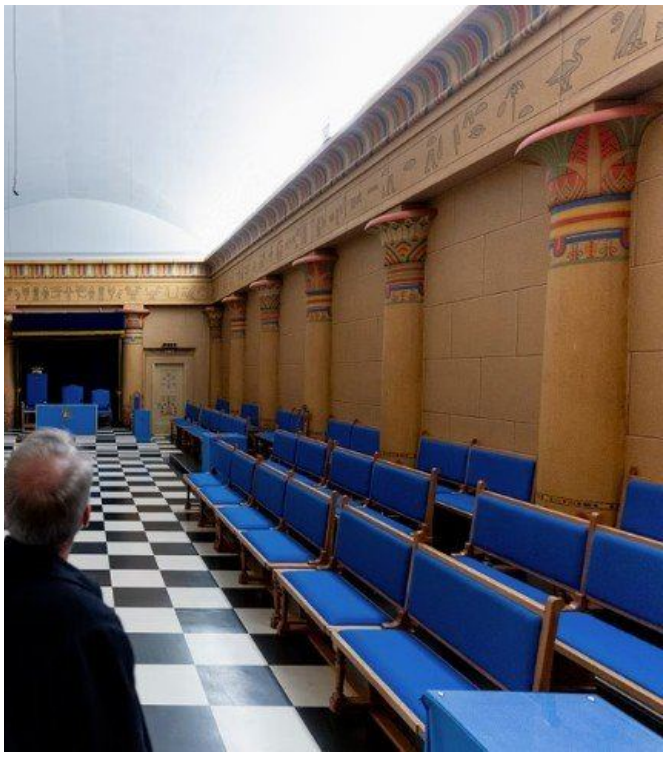


Foto: adressa.no



Frimurerlosjen i Trondheim, hvor både PLO Trøndelagen og Losje St. Olav XIX Trondheim har sin møter Foto: https://no.wikipedia.org/wiki/Fil:Frimurerlosjen_Trondheim.jpg

I denne utgaven har vi valgt å presentere de nye Embedsmennene i Kollegiet i 31. Grad; Overårmann Ulf-Inge Ellingsen, Overprelat Ola Grenne og Overstattholder Espen Thoenbakken.

Ulf-Inge Ellingsen, Overårmann

Hva er din oppgave i vår Orden?

Jeg er Overårmann og samtidig Skald i Losje II Oslo (for ordens skyld - uten å være del av Rådet i Losje II). Som Overårmann er jeg medlem av Kollegiet i 31. Grad. Kollegiet samlet er en støtte for Storkollegiet og har bl.a. ansvaret for Forfremmelser fra 19. Grad og oppover. Innen Kollegiet har Overårmann et særlig ansvar for å bistå Overkommandøren, blant annet ved gjennomgang av filosofiske avhandlinger fra og med 24. Grad. I rituell sammenheng har Overårmannen rollen som den som bringer lyset inn i Ridderhallen og fører besøkende Embetsmenn inn. Fjernes?

Hvor er du fra, og hvilken Losje?

Jeg er født og oppvokst på Byåsen i Trondheim, men har bodd på Risløkka i Oslo siden 1989. St. Olav Losje II Oslo er da min hjemlosje.

Hva slags Embetsoppgave likte du best i din hjemlosje/Provinsiallosje?

Jeg har ikke hatt så veldig mange forskjellige verv, men tror kanskje at stillingen som Drott er den som (foreløpig) har gitt meg mest.

Sivilstand?

Jeg er gift med Tina og har to voksne barn, Jonas (24) og Jenny (21).

Spesielle interesser i Ordensarbeidet?

Jeg har siden jeg var liten vært interessert i det spirituelle og esoteriske. Min mor, mormor og morfar var en del av TM-miljøet i Trondheim, og jeg lærte selv å meditere som åtteåring. Min far døde før jeg ble født, og jeg



Overårmann Ulf-Inge Ellingsen

brukte mye tid i barndommen på å reflektere over hvor han var blitt av. Gjennom meditasjon, lesing og søken i ulike miljøer, fra New Age til vitenskap, har jeg gradvis funnet svar på mange spørsmål, samtidig som mange nye har oppstått. Jeg har også opplevd ting som først gir mening når man åpner for at det finnes en åndelig dimensjon som samspiller med vår fysiske verden.

Dette gjør det esoteriske arbeidet til min hovedinteresse i Ordenen. Dybden i Ritualene, spesielt de som kommer i høyere Grader, opplever jeg som særlig fascinerende. Jeg har et sterkt ønske om å forstå mer, og samtidig dele det jeg selv har lært med andre som måtte være interessert. RHK gir meg en god balanse mellom å gi og motta.

Hva betyr Ordenen/Losjen for deg?

RHK består av mange interessante mennesker med ulike interesser. Noen er opptatt av det esoteriske, andre av historie eller det sosiale, mens noen finner mest verdi i Ritualene. Fellesnevneren er ønsket om utvikling og det

å være gode medmennesker. Dette gjør at jeg setter stor pris på møtet med andre Brødre.

Hvorfor og hvordan ble du vervet?

Jeg kan egentlig si at jeg vervet meg selv. Etter over 30 år i en annen Orden, hvor jeg hadde gått gradene og hatt flere verv, følte jeg det var tid for noe nytt. Jeg hadde hørt om en Losje i nabolaget, uten å vite at det var mine fremtidige Brødre og venner som møttes der.

Da jeg følte meg klar, tok jeg kontakt med Losje II og ble møtt av daværende Drott – nåværende Storkommandør Trygve Jarholt. Det viste seg å være en god match, både med Broder Trygve og med Losje II, og resten er historie, som de sier. Det var særlig den opplevde Broderkjærligheten som tiltalte meg.

Hvilke tanker har du om RHK framover?

Ordenen har, slik jeg ser det, en form for egen bevissthet, formet av tidligere og nåværende Brødres tanker og energi. Når bevissthet utvider seg, skjer det i flere retninger samtidig. Jeg er glad for at Forskningslosjen er etablert, fordi økt forståelse av vår historie og esoteriske arv også vil åpne for videre utvikling.

I en tid preget av informasjonsmengde, særinteresser og kunstig intelligens, blir evnen til å skjelne stadig viktigere. Losjearbeidet hjelper oss til å vende blikket innover og finne ro, noe som styrker vår evne til å møte både personlige og felles utfordringer. Jeg tror derfor RHK vil få en viktig rolle fremover, og at synlighet og tilbud om fellesskap for søkende mennesker blir sentralt.

Hva gleder du deg mest over i Ordensarbeidet?

Jeg setter stor pris på den sterke broderskapsånden i RHK. Gode møter i egen Losje er én ting, men det å bli tatt så godt imot i andre Losjer gir en følelse av å være del av en stor familie. Det, og at Ordenen fortsetter å utvikle seg og tilbyr stadig mer kunnskap og innsikt, gir meg glede og en opplevelse av å være der jeg skal være.

Ola Grenne, Overprelat

Hva er din oppgave i vår Orden?

Min nåværende oppgave i vår Orden er å bekle Overprelats plass og utføre de oppgaver som tilfaller Embetet. Dette er et Åndelig Embed, og jeg ser fram til en god dialog med RHKs øvrige Åndelige Embetsmenn. I tillegg må jeg støtte opp under Overkommandørs rolle og fordeling av oppgaver.

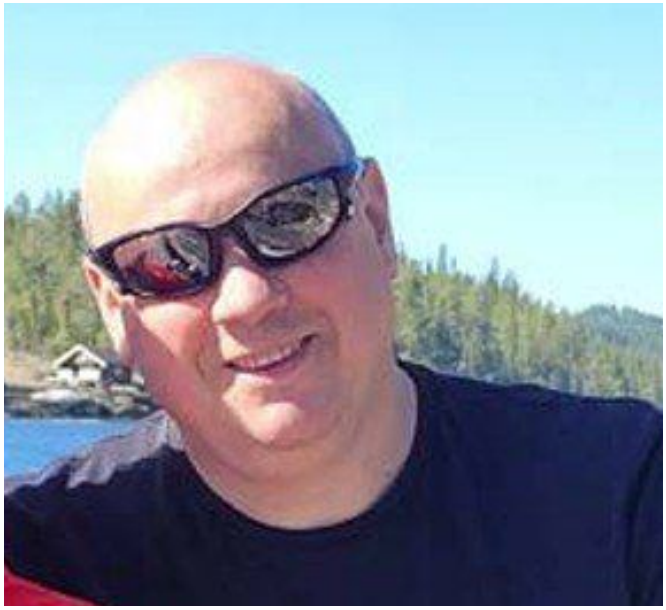
Hvor er du fra, og hvilken Losje?

Jeg kommer fra Trøndelag, nærmere bestemt Åsen i Levanger kommune, midt mellom Trondheim og Steinkjer. Jeg tilhører Losje XXII Stiklestad, og vi holder våre møter i Verdal sentrum, der vi leier hos Frimurerne.

Sivilstand?

Jeg er gift med Anne, og sammen har vi to voksne gutter.





Overprelat Ola Grenne

Hva slags Embetsoppgave likte du best i din hjemlosje/Provinsiallosje?

Jeg har hatt æren å bekle Kantors og Skalds plass i min hjemlosje, Vokter og Prelats plass i PLO Trøndelagen. Alle har vært svært givende på sin måte, men jeg føler at oppgaven som Vokter var tyngst å forlate. Med en stigende forståelse av hva en Vokter er, har min respekt og beundring for Embetet økt. Ofte er det en uforklarlig følelse, men noen ganger kan jeg sette ord på den. Jeg blir fortsatt rørt når jeg minnes første gang jeg lukket dørene som siste mann ut av Ridderhallen. Det var en overveldende følelse av ærbødighet, men samtidig noe annet, uten ord….

Spesielle interesser i Ordensarbeidet?

Innenfor Ordenens arbeide, er det fordypningsarbeidet, sammen med Brødrene, og utarbeidelse av innlegg til møtene i Ridderhallen, som interesserer mest. Det er mye læring i å sette seg inn i et tema og forsøke å sette ord på det. Et lite tips er å ta for seg en sang du synes har et godt budskap, og skrive noen setninger som omhandler samme tema.

Hvorfor og hvordan ble du vervet?

Jeg har vært interessert i esoteriske tema så lenge jeg husker, og når en bekjent spurte om et medlemskap i Ordenen var det lett å si ja. Han trodde at jeg ikke hadde tid og heller ikke var interessert, men dette viser at man ikke bør vurdere hva andre ønsker eller har tid til. Spør uten å være forutinntatt.

Hva betyr Ordenen/Losjen for deg?

For meg betyr Ordenen/Losjen mye. Jeg har møtt mennesker og fått venner i egen Losje og over hele landet. Alle har sine egne interesser og erfaringer som til sammen gir et fantastisk mangfold. Jeg er takknemlig for alle samtaler, de har gitt meg mye glede og økt innsikt, sammen med Ordenens fordypningsmateriale og Ritualer.

Hvilke tanker har du om RHK framover?

Jeg har troen på en fremtid for Ordenen RHK. Det høres kanskje litt lettvint ut, men vi må slutte å male fanden på veggen. I stedet for å snakke om hvordan det blir med mindre medlemmer, må vi prøve å fokusere på hvordan det blir NÅR vi blir flere. Forskjellen er stor.

Jeg leste en gang noe som har festet seg:

«Når du skal bygge skip må du ikke sette folk til å samle materialer og nagler, men i stedet lære dem å lengte etter havets endeløse blå flater»

Hva gleder du deg mest over i Ordensarbeidet?

Vår Orden har i de siste årene utviklet og foredlet høygradene. Dette har vært nødvendig å ferdigstille og har tatt beslag på betydelige ressurser, men det gleder meg å observere at fokus gradvis dreies mot våre tre første Grader. Ved å forske på Ordenens opprinnelse og vår Norrøne forankring, vil vår grunnvold få den

oppmerksomhet den fortjener. Mitt håp er at det i Losjene lages mange innlegg som omhandler Ritualene og Symbolene i St. Olavsmøtene. Her kan alle bidra på sin måte. Vi må innse at våre nyeste Brødre er Ordenens fremtid, og agere ut fra den innsikten.

Espen Thoenbakken, Overstattholder

Hva er din oppgave i vår Orden?

Som Overstattholder i Kollegiet innunder Ordenen RHK, har jeg først og fremst ansvaret for Ordenens Sertifikater og Ordensringer, som skal sendes ut til Brødre, etter opptak i 3. Grad.

Hvor er du fra, og hvilken Losje?

Jeg er født og oppvokst i Hønefoss på Ringerike. Jeg tilhører Losje St. Olav XIII Hønefoss og PLO Viken.

Hva slags Embetsoppgave likte du best i din hjemlosje/Provinsiallosje?

Jeg har innehatt flere Embeter i min egen Losje, som jeg har trivdes godt med, Drott, Lendermann og Kansler.

Sivilstand?

Jeg har samboer, og hun er medlem av losje Valkyrjen V Hønefoss.

Spesielle interesser i Ordensarbeidet?

Utenom våre Rituelle møter, vårt samhold som Brødre, våre gode belæringssystemer, er det nok rekrutteringsarbeidet noe jeg brenner for.

Hva betyr Ordenen/Losjen for deg?

Selve Broderskapet er av svært stor betydning. Selvutvikling som menneske, samt prøve å bli et bedre menneske enn det jeg var i går.



Overstattholder Espen Thoenbakken

Hvorfor og hvordan ble du vervet?

Jeg ble introdusert for Ordenen RHK av en Broder. Jeg fikk et personlig brev med spørsmål om jeg hadde lyst til å delta på et informasjonsmøte. Etter en kort betenkningstid satte jeg min underskrift på Andragende.

Hvilke tanker har du om RHK framover?

Jeg både håper og tror at vår Orden har en lys fremtid fremfor seg. Rekruttering av nye Brødre til vår Orden er en svært viktig del av Ordensarbeidet, samt at vi må sørge for at nye Brødre trives godt i Losjen.

Hva gleder du deg mest over i Ordensarbeidet?

Det er mye jeg gleder meg over ved Ordensarbeidet. Når man møter opp på Losjemøtene og involverer seg, lærer man etter hvert vår symbolikk og våre Ritualers betydning på en slik måte, at man alltid vil glede seg til neste Losjemøte.

Storkommandørs ideologiske tale



Talen ble holdt av Storkommandør, Trygve Jarholt, under Installasjons-seremonien for nytt Embetsverk og de Rikstingsvalgte komiteer under Rikstinget 2026. Talen er noe redigert og forkortet, siden den inneholdt en del beskrivelser av våre Ritualer og tekster som tilhører Ordenens indre forhold.

Første Ærverdige og Opplyste Ridder, Ærede Første Fader av Norden, Aktverdige medlemmer av Storkollegiet, Høyst Verdige Overkommandør, Verdige medlemmer i Kollegiet, Høyst Ærede Hærmestere, Høye Drotter, Ærede medlemmer i Rikstingsvalgte Komiteer, Ærede Sendemenn og Gode Ordensbrødre.

Takk for tilliten ved dette valget. Jeg påtar meg jobben som Storkommandør med ydmykhet, men ser også fram til arbeidet med å utvikle vår Orden som et læringssenter for den esoteriske lære. Takk Første Ærverdige og Opplyste Ridder for en stilfull og innsiktsfull Installasjon av Storkollegiet, Kollegiet og de Rikstingsvalgte Embetene.

Vi lever i en urolig verden. Det skjer utrolig mye i løpet av kort tid. Men det som vi er sikre på er at Ordenssystemer har overlevd uro i verden før. Ordenssystemer har alltid vært der fra tidenes start til nå i en eller annen form. Hvorfor har de egentlig det? Fordi vi mennesker har behov for å utvikle oss selv. Stoikerne, som jeg personlig tror har påvirket Ordenslæren, tenkte at du må fokusere på det du kan gjøre noe med – ikke alt annet. Ved å fokusere så kan du påvirke det du kan gjøre noe med.

I en urolig verden så blir det enda viktigere med et utviklingssenter hvor den enkelte kan utvikle seg selv. Det enkle og det vanskelige er at vi skal bli «en bedre utgave av seg selv». Det er ikke enkelt, og det krever både selvrefleksjon og utvikling sammen med andre. Jeg tror at medmennesker har behov for egenutvikling – både nå og i fremtiden.

Min mor skrev følgende en gang, som jeg fant i papirene etter at hun hadde gått bort:

Noen ganger er det som om livet hvisker til deg på et språk du ikke lærte på skolen. Et lite rykk i magen når du går inn et sted. En setning du tilfeldigvis hører som treffer akkurat der det gjør vondt. En drøm som blir sittende i kroppen hele dagen. Du kaller det kanskje tilfeldig, men hjertet ditt vet ofte bedre. Det er ikke alltid noe fjernt og "mystisk". Det er ofte bare det innerste i deg som prøver å få kontakt med deg igjen.

Vår Orden har utviklet seg de siste 10 årene:

Jeg er sikker på at det var de som var motstandere av å revidere Gradssystemet for 10 års siden. Jeg kan si

– det vi har nå – har en dypere esoterisk mening – enn det som var.

Jeg er sikker på at det var de som ikke var enig i at det ble nedsatt en gruppe for å få dokumentert hva vårt opprinnelige Charter i Norge var. Men nå har vi fakta – vi vet hvor det kommer fra og hvordan det så ut når det ble besluttet.

Jeg er sikker på at det var de som ikke var enig i at det skulle utarbeides opplæringshefter. Det krever så mye tid. Nå ser jeg at utviklingen av Ordenens Lære er på vei til å bli systematisk for alle Grader. Brødre i alle Grader er forberedt på opplæringen.

Brødre gjennomfører opplæring av andre Brødre for at de skal lykkes. Er ikke det Broderskap i sin ytterste forstand? Men ved å lære bort, så lærer du selv. Den enkelte har ikke hele fasiten. Men husk at det du gir bort av kunnskap og innsikt – bygger din egen kunnskap og innsikt. Du deler med andre – de deler med deg.

Broderskapet er grunnmuren i vår Orden. Gjennom Broderskap så etableres det tillitt gjennom vårt Ordensystem. Vi kan ha en åpen og ærlig dialog med alle Brødre i vårt Ordenssystem og vi kan lære av hverandre og vi skal lære bort til andre. Broderskapet baseres på noen grunnverdier for meg:

- Du skal alltid fremsnakke en Broder
- Du skal alltid finnes for en Broder
- Du skal alltid være villig til å yte til en Broder

I fremtiden så skal vi snakke til Brødre, ikke om Brødre.

De aller fleste av dere som er her på Rikstinget er ledere. Jeg forventer at dere fungerer som ledere og jobber for fremsnakking av Brødre og ikke tillater baksnakking av Brødre. Broderskapet er grunnmuren i vårt Ordenshus. Derfor må vi ta vare på Broderskapet og hegne om det. Uten en grunnmur blir det aldri et Ordenshus.



Reisverket på grunnmuren er innsikt. Gjennom innsikt er du på vei til å bygge ditt esoteriske bygg. Innsikten kommer gjennom å få tilegnet seg kunnskap i forskjellige esoteriske grener:

- Etikk og moral
- Ordenens Grunnvold
- Musikk
- Retorikk
- Fargelære
- Historie med nye øyne
- Forståelse av matematikkens kunst
- Forståelse av Symbolikk
- Forståelse av Charteret

Vi vil aldri lære alt, men vi skal bestrebe oss til å forstå mest mulig. Visdommen får du når du som enkelt Broder innreder dine enkelte rom. Mennesker med dyp visdom har en evne til å se seg selv og andre med helt nye øyne. Du som Broder skal, når du har klart å tilegne deg visdommen, innrede dine visdommens rom i dette bygget.

Men grunnmuren er Broderskapet – aldri glem det! Og husk løftet du ga til Ordenen i 1. Grad. Dette er grunnsteinen i hvert av våre Ordensliv, den blir lagt i 1. Grad. Glem aldri dette!

Under mitt lederskap har vi bygget det symbolske Ordenens Hus og vi skal fortsette utvikle dette bygget. Forskningskollegiet var sammensatt av noen av de mest innsiktsfulle Brødre i Vår Orden som brukte tid, innsats og forståelse for å utvikle vår Orden. Men Forskningskollegiet var et utvalg av vår Ordens Brødre rundt Osloområdet. Før Forskningskollegiet igangsatte sitt arbeid, så var det en del sterke krefter i vår Orden som etablerte egne sannheter – eksempelvis et nytt Charter. Alt vi gjør nå skal være fakta basert, med dokumentasjon på hva vi vet og hvilke antagelser som ligger til grunn. Det er grunnen til at vi må arbeide Forskningsbasert i fremtiden. Alle Brødre i hele Norge skal ha lik mulighet til å delta på Forskningsbasert arbeid. Fordi - de som ikke kjenner sin historie, er det alltid en risiko for gjentar de historiske feilene.

Vi kjenner til deler av vår opprinnelse fra USA. Noe av det vakreste med å lese i en del av de gamle dokumentene var hvor dyktig de var med ord. De brukte lang tid på å formulere noen ord. Derfor er ikke nødvendigvis dokumentene omfattende i antall sider, men hver setning har en dybde. Hver setning var skrevet med omhu og kjærlighet. Vi kjenner til mere om vår opprinnelse nå enn vi gjorde for 3 års siden. Men det er områder vi ikke kjenner – de som stiftet RHK i USA hvor kom de fra? Hvilken Ordenslære ble podet inn i RHK? Hvem var Hans Hansen i RHK i USA? Hvilken rolle hadde han. Hvordan var egentlig avvikling av RHK i USA? Hva var den reelle triggeren?

Hvorfor Forskningslosje? Kan ikke Forskningskollegiet fortsette som i dag – møtes på Hønefoss en gang iblant og komme med sin innsikt som bæres ut til våre Ordensbrødre? Fordi vi skal invitere alle Brødre til å utvikle kompetanse og innsikt om vår Orden til å delta i Forskningsarbeid.

Det finnes Brødre som ønsker ytterligere utdyping innen de grenersom er nevnt og andre fag som kan være interessante og relevante, bl.a. RHKs historie fra USA.

De Brødrene som ønsker å bruke tid og krefter i hele Losje-Norge kan engasjere seg i Forskningslosjen for å bidra i et av disse temaene eller andre temaer som man finner interessant og relevant. Forskningslosjen muliggjør at alle Brødrene kan engasjere seg i utdyping utover det selve opplæringen gir. Så skal Forskningslosjen utvikle materialet som kan gjøre Losjemøtene i St. Olavlosjene og PLOene til å bli enda bedre enn i dag. Drotter – nå har dere en verktøykasse – denne skal bli større. Det er et av oppdragene til Forskningslosjen. Hærmestere nå har dere en påbegynnende verktøykasse som kan brukes i deres møter – den skal bli større. Det er et av oppdragene til Forskningslosjen.



OBS! NY EPOSTADRESSE

Ikke meldt deg inn?

Alle Riddere fra 4. - 5. Grad kan melde seg inn i

RHK forskningslosje FESTINA LENTE

Meld deg inn her: FestinaLente@losje.org

En ny innsikt vi har fått fra USA, og vurderinger generelt, medfører et behov for en gjennomgang av Konstitusjonen. Det var en betydelig endring av Konsitusjonen på Rikstinget i 2012, – og det var endringer på mange områder, og det var helt nye tekster. RHK har en grunnvold. Den er godt beskrevet i Konstitusjonen. Det vi må se på, er om det er noe med grunnvolden, som RHK ble etablert i USA og i Norge, er utelatt eller endret vesentlig på dette Riksting. Det innebærer ikke at vi skal endre disse kapitlene i dagens Konstitusjon, men vi må vite hva som eventuelt er endret og hvorfor. Vi må også her bygge vår analyse på fakta – når ble de forskjellige delene av Konstitusjonen endret – rent historisk og med hvilket grunnlag.

Vi skylder de som skapte RHK en gjennomgang og en tydeliggjøring, og vi må bygge fremtidens RHK på hva som er et mest mulig riktig verdigrunnlag.

Gode Ordensbrødre – vi har som mange andre frivillige foreninger hatt en utfordring med rekruttering etter Covid. Men det hjelper dessverre ikke.

Gode Ordensbrødre! I urolige tider, som det er nå, så er det mange mennesker som ønsker å finne et sted – et fristed – hvor han driver med egenutvikling. En søken etter sitt eget jeg.

Det finnes her i vår Orden.

- Med vårt Broderskap
- Med vår innsikt
- Med vår vei til Esoterisk visdom

Det er i slike tider vi må invitere Brødre inn i vårt felleskap. Fordi vi nå har utviklet Ritualer i alle Grader fra 1. – 30. Grad:

Fordi vi nå har et pedagogisk system som hjelper alle Brødre i utviklingen av hans reise – ut i den Esoterisk verden og inn i seg selv. Fordi vi nå arbeider med å et dypt esoterisk innhold i alle Grader. Fordi vi nå kan la den enkelte Broder få et tilbud med å utvikle seg selv og vår Orden i en Forskningslosje.

Vi er på vei til å utvikle en verktøykasse for rekruttering, slik at vi kan nå fram til nye kandidater. Denne verktøykassen kommer til å bli utvidet, men vi har PodCaster som kan deles med alle, og vi har St. Olavposten.

Gode Ordensbrødre – la oss gå fra dette Riksting vel vitende om at vi setter Broderskapet i sentrum, vi utvikler og deler innsikten med Brødrene og lar den esoteriske visdommen blomstre i vår Orden. La oss være

«Enige og tro indtil Dovre falder»



Nytt fra rekrutteringskomiteen

Av Terje Høiland, RHKS Rekrutteringskomite

RHK sin rekrutteringskomité gjennomførte et arbeidsmøte 9.–11. januar 2026 i sekretariatet i Hønefoss. Rekrutteringskomiteen ved – Terje Høiland, Losje XVII Stavanger, Jan Willy Kristiansen, Losje XVII Stavanger, Losje Fritz Asbjørn Kristiansen, Losje XI Sandefjord og Jan Moltzau, Losje XXVI Eidsvoll – sammen med Storkommandør Trygve Jarholt – gikk gjennom over 80 innspill fra Losjene.

Hovedkonklusjonen er at RHK i første omgang trenger en moderne og enkel hjemmeside som fungerer som hovedplattform for rekruttering, med tydelige valg, visuelle virkemidler og enkel innmelding. Samtidig ble det identifisert flere andre viktige tiltak; behov for enhetlig kommunikasjonsprofil, bedre synlighet på Facebook og Google, utvikling av videoer, podkaster, idébank, og styrket støtte til Losjene i rekrutteringsarbeidet.

Under Rikstinget i Trondheim ble også Broder Thomas Bruaset med på laget. Han går inn som fast medlem av komiteen. Målet er å skape et mer helhetlig og profesjonelt rekrutteringsapparat for hele Ordenen, der både digitale flater, materiell og lokale aktiviteter spiller sammen og styrker hverandre.





Skissen til en annerledes hjemmeside ble presentert under Rikstinget, og mottagelsen var veldig positiv blant Brødrene. Vi registrerer og en merkbar entusiasme for rekruttering, og mange av Losjene våre er allerede kommet langt i å finne sin form.

Det er også verdt å nevne (uten at vi tar æren for det), at hittil i år hadde vi en netto tilvekst på antall Brødre i Ordenen. Vår Storkommandør har satt rekrutteringsarbeidet særdeles høyt på prioriteringslisten for denne Rikstings-perioden.

La oss glede oss over dette, og la det være en inspirasjon for oss alle til å dele våre verdier med menn fra det ganske land.

Del gjerne egne suksesshistorier ved å sende inn historier til St. Olavposten eller til rekrutteringskomiteen på følgende e-post: terje@hoiland.no

Losje IV Sarpsborg med Musikkmøte og Forfremmelse

Av Halvor Nome, Kansler

På 3. Gradsmøtet 26.03.26 ble Broder Elling Ellingsen forfremmet til 3. Grad.



Fra venstre: Broder Christer Clausen, Broder Øystein Andersson, som er Elling side Faddere, og Broder Elling Ellingsen

Torsdag 23.04.26 hadde Losje St. Olav IV Sarpsborg musikkmøte i 1. Grad.

Broder Jarl, Christer Clausen, og Broder Kantor, Johan Dagfinrud, hadde samlet og satt sammen musikken for kvelden.

All musikk som ble spilt var komponert av komponister som har hatt tilknytning til forskjellige Losjer verden rundt. Til inngang og utgang ble Pilgrimskoret fra Ouverturen til Wagners Tannhäuser spilt. Under lystenning og lysslukning ble det også spilt Esoterisk musikk, og ikke de som står i ritualene. Som ord for dagen spilte vår Kantor Broder Johan Dagfinrud gitar og sang en egenkomponert sang. Den het: Tenk å ha en bestevenn.

Under punkt 8 For Ordenens Vel og Beste, startet det med Ouverturen til Tryllefløyten av Wolfgang Amadeus Mozart. Så fortsatte Kantor med La oss slå hendene sammen, av Mozart. Broder Jarl Christer Clausen bandt det hele sammen med å fortelle om de forskjellige komponistene mellom stykkene.

Carl Mikael Bellmann var Losjebroder i Sverige og ble kalt ettermøtenes komponist. Kantor spilte Bellmann sin sang Kjæraste Brødre och Systrar fremført av Fredrik Åkerstrøm. Jean Sibelius har skrevet komplett losjemusikk fra 1. til 33. Grad som er kalt Musique Religieuse. Stjernsangen fra Finlandia ble fremført av et Finsk kor. Så fortsatte Kantor med March Funebre.

Østfoldkomponisten Oscar Borg har skrevet musikk for 2. grad og Tyskeren, som bodde mye av livet i Norge, Friedrich August Reissiger har skrevet for 1. og 3. grad, men ikke noe av dette er utgitt. Kantor spilte så En vårnatt av Oscar Borg, og et korverk av Reissiger som heter En Sangers Bøn. John Philip Sousa var medlem i en Losje i Washington DC. Han skrev The nobles of the mystic schrine som Kantor spilte.

Count Baisie og Duke Ellington var også ordrebrødre, men i en egen orden for Afroamerikanere. Fra Sacret Consert av Duke Ellington fremførte Duke Ellingtons storband med Alice Babs som solist Heaven ved Kantor.

Etter ordet fritt avsluttet Kantor med musikk for natten hvor han sang og spilte Velkommen hjem skrevet og komponert av Broder Johan selv.



Broder Johan til venstre og Broder Christer til høyre

Etter møtet var bordet pyntet på flott vis som vanlig av vår eminente leder av festkomiteen Broder Jens-Reidar Bakke. Det ble servert Dansk smørbrød med egg og reker, og det var 23 Brødre til stede. Vi hadde besøk av Storkommandør, Brødre fra Losje V Fredrikstad og Losje XXVII Drøbak.



Fra venstre: Kantor Johan Dagfinrud, Jarl Christer Clausen, Storkommandør Trygve Jarholt, Drott Losje IV Sarpsborg, Øystein Andersson og Drott Losje V Fredrikstad, Lars Fredrik Olausen



Fra Brodermåltidet

Losje V Fredrikstad med overflytting av en Broder og Gradpasseringer

Av Terje Berger

Onsdag 11. mars 2026 hadde vi gleden av å motta Broder Eivind Johansen i 3. Grad. Han har flyttet fra Moss til Fredrikstad, og vi ønsker han velkommen til oss her i Losje V.



Fra venstre: Drott Lars Fredrik Olaussen og Broder Eivind Johansen Foto: Terje Berger og Øystein Lois Kristiansen

Onsdag 8. april 2026 hadde vi gleden av å ha Gradspasseringer for tre Brødre, som gikk opp i 2. Grad. Det ble en verdig og fin opplevelse for Brødrene Thomas, Tom og Mogens.



Fra venstre Thomas Andre Grøstad Antonsen, Tom Stian Ørmen, Snorre Stumberg (Jarl) og Mogens Gjermundsen



Fra Brodermåltidet. Foto: Øystein Lois Kristiansen

Vi er så heldige å ha en dyktig kokk, Øystein Lois Kristiansen, som denne kvelden serverte det han har kalt "Husets suppe" m/foccaciabrød. Det smakte helt fortreffelig.

Losje XIV Kristiansand med innlegg om Mental Helse og Broderskap

Av Erik O. Østensvig, Drott og Ronny Ranestad Larsen, Lendermann

På Losjemøtet 15. april 2026 ble det holdt to tankevekkende innlegg om Mental Helse og Broderskapet.

Mental Helse – et felles ansvar ved Erik O. Østensvig, Drott

I kveld vil jeg gjerne dele noen tanker rundt et tema som angår oss alle – mental helse. Mental helse handler ikke bare om sykdom eller diagnoser. Den handler om hvordan vi har det i hverdagen. Om hvordan vi møter livets oppturer og nedturer. Om følelsen av å høre til, bli sett og bli tatt på alvor.

Vi lever i en tid der mange bærer mer enn det som er synlig. Ansvar, forventninger, tap, ensomhet, bekymringer – ofte bak et smil og en sterk fasade. For mange er det vanskelig å sette ord på det som er tungt. Enda vanskeligere er det å rekke ut en hånd og si: Jeg trenger noen å snakke med.

I vår Orden snakker vi ofte om fellesskap, samhold og brorskap. Dette er ikke bare fine ord – det er verdier som forplikter. Fellesskap betyr at vi ser hverandre. At vi bryr oss, også når livet butter imot. At vi tar oss tid – ikke bare til møter og Ritualer, men til mennesker.

Mental helse er derfor også et velferdsspørsmål. I Losjen kan vi skape et miljø der det er trygt å være hele mennesket – ikke bare den sterke delen. Et sted der det er rom for stillhet, alvor, og ærlige samtaler. Der det å vise sårbarhet ikke er et tegn på svakhet, men på tillit.

Ingen av oss forventes å være terapeuter. Men alle kan være medmennesker. Et spørsmål, et lyttende øre, en kaffe etter møtet, en telefon når noen har vært borte en stund – små handlinger kan bety mer enn vi aner.

Når vi tar mental helse på alvor, styrker vi ikke bare den enkelte – vi styrker hele Losjen. Vi bygger et fellesskap som tåler livets realiteter, og som står støtt når stormene kommer. La oss derfor minne hverandre på dette:

- Det er lov å ikke ha det bra
- Det er lov å be om hjelp
- Og i dette fellesskapet skal ingen stå alene

Takk for oppmerksomheten!



Drott Erik O. Østensvig og Lendermann Ronny Ranestad Larsen Foto: Svein Ove Kvasnes

Losje XVI Hamar med Gradheving til Riddergraden

Av Tore Stubberud, Jarl

I en fin Seremoni på Losjemøtet i 3. Grad, torsdag 19. mars 2026 i Losje St Olav XVI Hamar, ble Broder Lars Moen hevet til 3. Grad og dermed Ridder i vår Orden. I sitt første tredjegradsmøte fikk han også være med på å Ballottere for en ny Broder. Vi var 27 Brødre til stede i Ridderhallen.

Lyset over Broderstien

Av Ronny Ranestad Larsen

Det er en storm i sjelen, kjære Broder,
hvor tåken skjuler stien du går.
Du søker styrke i vår Ordens goder,
mot tunge skyer og mot mørke kår.

For Korset lyser opp vår Brodersti,
som Troens Symbol i en dyster natt.
Med kraftens våpen gjør det sjelen fri,
så ingen vandrer føler seg helt forlatt.

Som rettferdighetens målestokk og ly,
skal lyset lede gjennom indre strid.
Til stormen viker for en morgen ny,
og himmelen igjen blir blå og blid.



Fra venstre: Fadder Morten Moen, Ridder Lars Moen og Drott Kjell-Olav Emilsen

Losje XX Haugesund med temakvelder og opptak av en ny Ridder

Av Birger Nornes, Ass. Kansler

Losje XX Haugesund fortsetter med tema på "ettermøtene", og i vår er det avholdt to temakvelder. Første tema var musikk, og Kantor, Broder Håvard Pedersen holdt et fint innlegg om sin musikksmak og forarbeidet han gjorde før Losjemøtene.

Andre tema ble kalt "Sjø, Crude Oil og mye omsorg". Brødrene Ove Andre Hansen og Hilberg Ramstad ble intervjuet av Jarl, Broder Øyvind Naustvik om deres arbeidsliv og Ordensliv.



Brødrene Ove Andre Hansen og Hilberg Ramstad Foto: Terje Andersen og Sigurd Østebøvik

Samme kveld hadde vi besøk av Broder Ove Årthun fra Losje XVII Stavanger som fremførte flere sanger både i Ridderhallen og på "ettermøtet". En av sangene hadde han skrevet både tekst og melodi til. Den hadde han kalt: "Morene" (Mødrene) og det var en nydelig sang. Dette var et fint innslag som falt i god jord blant Brødrene.

23. april 2026 ble Broder Morten Sørensen forfremmet til 3. Grad i en stilfull Seremoni.

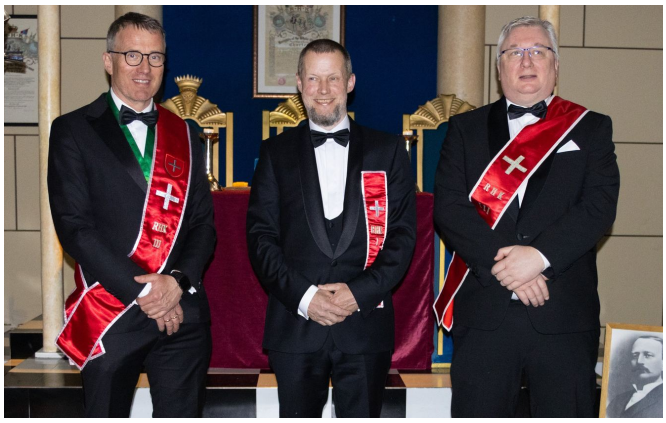


Broder Ove Årthun, Losje XVII Stavanger *Foto: Terje Andersen og Sigurd Østebøvik*



Fra venstre: Verver Torbjørn Nornes, Ridder Morten Sørensen og 1. Fadder Birger Nornes *Foto: Terje Andersen og Sigurd Østebøvik*

7. mai 2026, på vårens siste møte, ble Broder Per Myklatun tatt opp i vår Orden.



Fra venstre: 1. Fadder Broder Atle Løndalen, Broder Per Myklatun og 2. Fadder Roar Skeisvoll

Ord for natten

Broder Terje Andersen

La tankene falle til ro,
i mørket finner sjelen sin egen stemme.
Når kvelden senker seg og stillheten legger
seg som et mykt teppe, får tankene ro.
Dagen slipper taket og natten bærer
deg stille videre.
La stjernene minne oss om at mørket
også kan skinne og tankene får hvile.

Neste arrangement er "Sommeravslutningen" som går av stabelen på Ramstad Gård den 6. juni, hvor Brødrene med følge møtes en siste gang denne våren.

PLO Gula sitt møte i Haugesund fredag 20. mars og lørdag 21. mars

Av Broder Erik Pettersen, 2. Marskalk/Losje XVII Stavanger

Fredagen startet med den beste velkomst vi Embetsmenn kunne ønske oss. Våre fantastiske Brødre i Losje XX Haugesund sørget for at Ridderhallen var nesten ferdig rigget da vi ankom. En stor takk til Losje XX Haugesund.

Arbeidsdagen startet med Losjemøte i 9. Grad, møte i 10./11./12. Grad med Forfremmelse av Ridder Jon Ola Gisnås Losje XVII Stavanger og Ridder Terje Høiland Losje XVII Stavanger.

Losjen åpnet så i 15. Grad med Losjemøte. Årmann kalte deretter inn til møte i 16./17. Grad uten Forfremmelse. Vi avsluttet kvelden med Det Rituelle Brodermåltidet.

Lørdag kalte Årmann inn til møte i 7./8. Grad med Forfremmelse av Ridder Inge Arild Lirhus Losje XXI Voss og Ridder Tom Jæger Eriksen Losje XXI Voss.



Ridderne fra venstre: Jon Ola Gisnås og Terje Høiland Foto: Erik Pettersen



Fra venstre: Ridderne Inge Arild Lirhus og Tom Jæger Eriksen Foto: Erik Pettersen

Neste møte ble 6. Grad med Forfremmelse av Ridder Øivind Vikre Losje XX Haugesund og Ridder Reidar Grundestad Losje XVII Stavanger.

Etter lunsj kalte Årmann inn til møte i 4./5. Grad. To nye Riddere ble medlem av PLO Gula. Ridder Norvald Tjønn Losje XX Haugesund og Ridder Svein Ekrem Losje XXI Voss i en flott opplevelse for de nye Gulabrødrene! Det Rituelle Brodermåltid avsluttet møtene.



Fra venstre: Ridderne Øivind Vikre og Reidar Grundestad Foto: Erik Pettersen



Fra venstre: Ridderne Norvald Tjønn og Svein Ekrem Foto: Erik Pettersen

Det ble arrangert festmiddag med etterfølgende sosialt samvær med alle Brødrene. En fin helg i Haugesund var til ende!

Transkribering av "Selskabet Nora" sine første protokoller

Av Roar Svendsen, Stråleglansens Ridder, Festina Lente

Som alle nå har fått med seg, gjennomførte Broder Nils Helle og undertegnede en forskningsreise i Minnesota, Nord-Dakota, Wisconsin og Iowa, under et 18 dager langt opphold på vegne av Ordenen Riddere av Det Hvite Kors

Formålet med turen

Denne turen ble påbegynt planlagt, mange år før vi kunne få anledning til å gjøre den. De første kontaktene med Norwegian American Historical Association, NAHA, kom i gang så tidlig som i 2015, ved at Broder Bjørn Aasheim første gang henvendte seg dit. Parallelt med Broder Bjørns henvendelse, hadde flere Brødre på egen hånd begynt å lete i samme retning. Da vi i våre arkiver her i Norge finner svært lite omkring vår stifter, Hans Hansen, fra hans tid i Amerika og at vi heller ikke har noen særskilt god dokumentasjon på hva som skjedde i prosessen fra Losje I Drammen ble en St. Olavlosje og til at dette ble starten på Ordenen RHK, ønsket Ordenens ledelse at det reiste over en gruppe Brødre, for å lete i arkivene til NAHA. Noe av historien er kjent, gjennom overleveringer og noen svært få dokumenter. Videre så finner vi ikke noe rundt tildeling av vårt Charter, og dette sto også på listen over oppgaver gruppen skulle søke svar på.

Northfield, MN

Northfield må regnes som en amerikansk småby, med ca. 20-25 000 innbyggere, og byen ligger omtrent 65 km sør for Minneapolis og St. Paul. For oss nordmenn er den kanskje mest kjent for at her ligger St. Olaf College, som



Nils Helle og kristina Warner (fra NAHA) Foto: Roar Svendsen

ble etablert av norske innvandrere/nybyggere og lutherske prester som ble ledet av Pastor Bernt Julius Muus, som ønsket å bevare deres tro og kultur, gjennom opplæring av lærere og prester. I dag rommer skolen over 3000 elever, fra hele verden.

Her er også NAHAs arkiver lokalisert, og dette ble arbeidsplassen for mesteparten av tiden i Amerika. Som tidligere nevnt var det meningen at det var en gruppe Brødre som skulle reise over. Denne var plukket ut av medlemmer fra Ordenens Ledelse samt fra Forskningskollegiet, og skulle utgjøre et reisefølge på 4 personer. Dessverre så ble flere av de opprinnelige reisedeltagerne forhindret fra å reise, og det endte da opp

med at Broder Nils fra Ordenens ledelse ble reiseleder. I tillegg ble så Broder Roar Svendsen forespurt om han hadde mulighet til å være med. Broder Roar sto for fotografering, opptak av intervjuer og fungerte også som reisesekretær. Det ble fortløpende gjort fotografering av protokollsider, samt andre dokumenter som vi fant av interesse, men også av kuriositet. Alle dokumentene i NAHAs arkiver er direkte relaterte til Knights of the White Cross/Riddere av det Hvite Kors i Amerika.



Broder Roar med en av arkivboksene

Da vi ankom NAHA, mandag 20. mai 2024, ble vi godt tatt imot av Kristina Warner, som den gang var arkivar, og som fungerte som vår vertinne/hjelper hos NAHA. Hun hadde ordnet et eget rom der vi kunne arbeide uforstyrret, og hun hadde bragt alt arkivert materiell til dette rommet på en egen vogn. Det arkiverte materiell be stod av 4 store, stående arkivbokser, samt to store liggende arkivbokser. Rommet vi hadde fått tildelt inneholdt også arkivskuffe, med arkivkort over flere tusen norske innvandrere til Amerika fra tidlig 1800-tall og fremover. Det var også satt fram en ekstra PC skjerm og en skanner, i tilfelle vi trengte å skanne noen dokumenter. Broder Roar hadde tatt med Ordenens fotoapparat, stativ og blits, og i tillegg hadde han med ekstra belysning for å unngå eventuelle skygger på objektene som skulle fotograferes.

Etter endt økt med fotografering, var det «hjem» til Bed & Breakfasten vi bodde på. Der ble det litt alenetid før Broder Nils arbeidet med nye steder vi kunne forsøke å hente mulig informasjon om RHK fra. Broder Roar brukte ettermiddagene og kvel St. Olavposten 2-2026 25 dene til å beskjære bildene, og klargjøre disse for sending hjem til en gruppe Brødre, bestående av Rolf Ola Granrud, Bjørn Aasheim og Per Støyva, som skulle bruke tid på å gå igjennom det tilsendte materiell, for så å kunne gi oss tilbakemelding på hva som kunne være interessant å prøve å finne svar på. Det kunne være personer, steder, ja alt som kunne være nye søkbare spor i vår leting etter vår Ordens opprinnelse. Slik gikk de fleste dagene. Vi startet dagen i NAHAs arkiver klokken 09.00 og holdt på til de stengte klokken 17.30 på ettermiddagen. Så det ble mange timer, både til fotografering og til å lese igjennom alle dokumen ter som var gjort til gjengelige. Etter middag, var det tid for å forberede nye forsendelser til de som satt hjemme i Norge og ventet på nye doku menter å gå igjennom.

Noe å tenke på:

Broder Roar brukte omtrent 5 minutter på å ta et bilde av en side, dette da de gamle protokollene var så skjøre at papiret gikk i oppløsning når det ble bladd i disse. Så var det etterarbeid med bildene, dvs. sjekke kvalitet og vurdere om det var nødvendig å ta nye bilder av sider som hadde for dårlig kvalitet, og til slutt beskjære disse, så gjøre disse om til pdf-filer, slik at vi kunne sende over sidene på epost, uten at det ble stopp i epostkassene til Brødrene hjemme. Dette arbeidet kunne ta alt fra 5 til 10



minutter. Så kan dere gjøre regnestykket selv, legg sammen tiden per bilde og så kan dere gange opp dette med over 900 bilder.

Videre arbeid – transkribering

Etter Drott- og Hærmestermøtet 2024 ble det orientert til Storkommandør om at arbeidet med å transkribere alt materialet fra NAHAs arkiver ville ta lang tid, dersom alt skulle baseres på arbeid utført uten digital hjelp. Broder Roar fikk da i oppgave fra Storkommandør om å finne dataprogram som kunne være til hjelp i dette arbeidet. Etter hvert så ble det veldig klart at det var en programvare som skilte seg ut, dette i brukervennlighet og god support, samt i en akseptabel pris. Det ble derfor sendt fram et tilbud fra Transkribus som Administrasjonskollegiet stilte seg bak og besluttet å gå til å inngå en anskaffelse/leie av Transkribus for 2 år. Dette ble effektuert og tatt i bruk sommeren 2025, og arbeidet med å transkribere fra håndskrift til trykte bokstaver kom i gang ut over høsten 2025. Dette arbeidet stoppet dessverre opp ila sommeren, da den PCen som Broder Roar benyttet til arbeidet, for øvrig en PC i Ordenens eie, plutselig sluttet å fungere på grunn av for lite internminnekapasitet. Etter en del fram og tilbake ble det besluttet å forsøke å oppgradere internminnet, fremfor å investere i ny PC. Dette ble vellykket og arbeidet med transkribering kunne igjen fortsette Så begynte kjøleviften å streike, og det er ikke lett å finne en erstatning. Dette er tross alt en PC som er over 10 år. Igjen ble arbeidet med transkribering satt på vent.

I april 2026, begynte Broder Roar på arbeidet igjen, denne gang med en privat Macbook, og arbeidet vil fortsette, men dette er på etterskudd da framdriften skulle ha kommet lengre enn den har kommet.

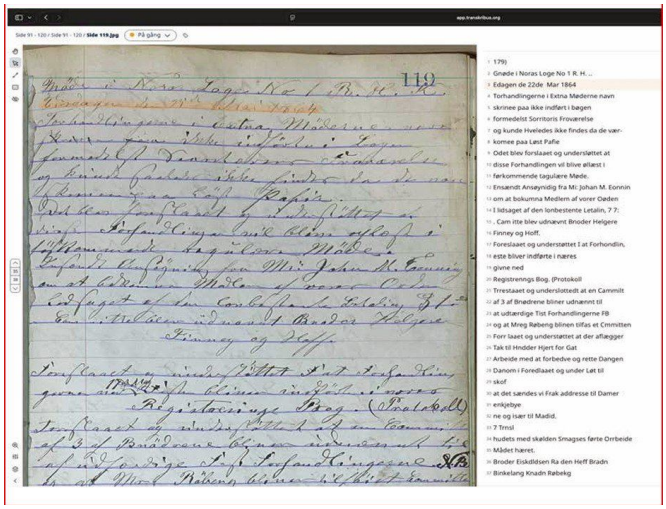
Når man arbeider med transkribering av gamle dokumenter trenger man gode skjermer, og en 13 tommers skjerm er tungt å arbeide på, derfor har Broder Roar gått til anskaffelse av to ekstraskjermer, for å kunne ha flere doku menter oppe i arbeidsprosessen. I tillegg blir det også skrevet ut papirkopier, da det er lettere å lese igjennom på papir enn på skjerm.

Hvorfor trenger man å bruke et eget program til dette vil nok flere tenke Det fine med Transkribus er at i denne programvaren ligger det flere «modeller» der gammel håndskrift er lagt til grunn for å lage en konverterings modell. Dette gjør arbeidet mye enklere da programvaren skanner dokument siden, og så kommer det et

forslag om hva det er som er skrevet for mange år siden. Dette tar hensyn til håndskriften,kvalitet på opplastet dokument St. Olavposten 2-2026 26 (noen ganger ikke) og sammenligner dette med kunstig intelligens (forhåndsprogrammert modell). Dessverre så er det ikke mange norske modeller, så hittil har det blitt brukt en norsk-dansk håndskriftsmodell. Broder Roar arbeider nå med å lage en egen modell, da dette er en av mange muligheter i Transkribus, som baserer seg på sider fra protokollene fra Amerika. Men, dette krever da at dokumentene transkriberes manuelt, og at man er sikker på at man har forstått hva som er skrevet. Heldigvis så tar også programmet hensyn til om man utelater ord man er usikker på, slik at det man er sikker på er skrevet, vil bli benyttet når man lager en egen modell. For å kunne lage en egen, og god modell, kreves det at man transkriberer et sted mellom 100 – 150 sider. For hver side som tran skriberes, leses det også korrektur for å sikre at det som er oversatt er oversatt så korrekt som mulig. Dette arbeidet blir gjort før dokumentsider blir oversendt til de som sitter og leser/forsker i dette Dette arbeidet tar mye tid, men det vil til gjengjeld være til veldig stor hjelp i ettertid.

Utfordringer – og hvordan løser vi disse?

De største utfordringene er faktisk kvaliteten på originalene. Disse er skrevet for over 160 år siden, med blekk. Så



er det varierende tydelighet i håndskriften til den enkelte som gjennom tidene har ført protokollene. Noen ganger er blekket ennå tykt (skriften vises veldig godt), andre ganger er skriften nesten utvisket Det er også blekk søl på sidene, det er ikke sikkert det ble benyttet trekk-papir, eller det var en fyllepenn som var godt brukt. Dette så vi allerede i Amerika, og Broder Roar brukte da det medbragte utstyret til å variere mellom forskjellige farger på belysning av objektet. Ved å sammenstille, eller transkribere dokumentene med forskjellig belysning, får man til å se hva det er som er skrevet i opp til 70% av dokumentet, og her er det at en egen modell vil være til hjelp. Men, som sagt så er dette tidkrevende. Det blir mange lange timer foran PC skjermene, men samtidig så er dette utrolig givende, spennende og en fantastisk mulighet til å få innblikk i «fødselen» av RHK.

Hvor langt har vi kommet?

Det er så langt transkribert godt over 120 sider, som blir studert av de samme Brødrene som mottok materiellet som ble oversendt fra Amerika. Så langt er hele Constitution fra 1868 ferdig transkribert. Dette var en forholdsvis enkel oppgave, da denne var trykt, men da med gotisk skrift Det blir transkribert 30 sider om gangen. Da vinner Broder Roar å transkribere nye sider, mens Brødrene er opptatte med å lese/forske i de allerede mottatte sidene.

Målet er å bli ferdig med protokollen med den flotte tittelen «Nora Lodge Organized 1860 The First Minute Book 1860 – 1871», senest våren 2027. Dette er vårt opphav og vår arv, og et viktig ledd i vår søken etter Ordenens opprinnelse. Røttene vet vi hvor vi har, men hvor kom frøet som ble til vår Orden fra?

Følelser

Av Rolf Solheim, Losje XIII Hønefoss

For de av dere som velger å avansere oppover i Gradene, vil det etter hvert bli nødvendig med fordypninger om sitt eget indre og ytre liv – sin livsførsel. Dette er et vanskelig tema. Jeg er slettes ingen faglig ekspert på dette området, men tar allikevel sjansen på å komme med noen tanker om dette med å kjenne seg selv. Noen mennesker klarer å leve med seg selv fordi de av og til klarer å flykte fra seg selv, men er dette noe mål og et godt liv?

Tenk dere følgende 2 samtaler:

1. Når jeg er her, gleder jeg meg til å være der. Og når jeg er der, gleder jeg meg til å komme hit. På den måten gleder jeg meg hele tiden. Er ikke dette fint?
2. Når jeg er her, gleder jeg meg over å være her. Og når jeg er der, gleder jeg meg over å være der. Altså gleder jeg meg hele tiden.

Den som gleder seg over det som er, vil ikke ha behov for å glede seg til noe. Vedkommende er i gleden. Han gleder seg over det som er, uansett hvor og hva det er. Den som ønsker seg bort fra nuet, må være utilfreds med tingenes tilstand, både her og der. Tankene er andre steder og betyr ikke det at det er deg selv du prøver å flykte fra?

I hverdagen føler, mener og aner vi veldig mye, og spesielt ordet **føle** bruker vi veldig mye, også i sammenhenger hvor det ikke betyr noen ting.

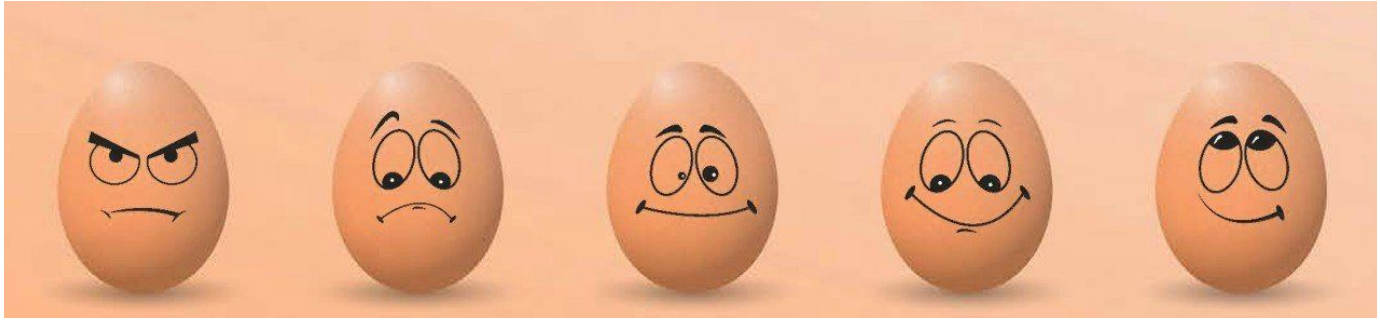
Hva er så følelser?

Av ytre begivenheter kan du føle et stikk i huden. Av indre begivenheter kan du føle angst, lengsel, sinne, glede og sorg osv. Disse er ofte knyttet til tanker og kan derfor avprogrammeres eller tømmes ut av psyken. Tilbake, etter en slik avprogrammering, finnes fryd, frihet, barmhjertighet, medfølelse, kjærlighet og ansvarsfølelse. Det er nettopp disse indre følelsene (emosjonene) som for oss er viktige og som vi må arbeide med. Vi må lære oss til å leve med våre følelser og hvordan vi kan kontrollere dem. Det er veldig viktig hva et menneske føler, men det er dessverre blitt slik i vårt samfunn at følelser skal settes igjen på gangen, – innenfor skal vi være sakelige – komme til saken.

Følelsen er hovedpulsåren i ditt liv og kan variere fra sterk glede til den største sorg. Følelsen er breddfull av informasjon og kan bli til i løpet av et tiendedels sekund i form av en impuls eller en begivenhet. Det som skjer utenfor din kropp, skaper en reaksjon (følelse) inne i deg.

Vi kan si at en følelse blir til når en begivenhet berører ditt verdisystem.

Eksempel: Se der går fru Gundersen. Dette berører ikke mitt verdisystem fordi jeg kjenner overhodet ikke dette mennesket. Jeg treffer en gammel venn som uttrykker: Så feit du er blitt da, du må ha det altfor godt. Dette berører mitt



verdisystem, og jeg liker slettes ikke denne uttalelsen, og min indre følelse **Irritasjon** kommer til uttrykk.

Følelser forteller om begivenheter rundt deg og ditt verdisystem. Eksempler:

- Denne dagen er blitt helt ødelagt, og det er din skyld, som sa det og det.
- Folk rundt meg må slutte å gjøre så mye dumt – det irriterer meg.
- Dårlig dag på jobben- Per fikk påskjønnelse, men ikke jeg, og det er urettferdig.
- Min sønn velter et saftglass under middagen – jeg blir rasende.

Som dere ser: Begivenhetene som berører våre følelser kommer utenfra, men vår reaksjon kommer innenfra, og det er denne reaksjonen som kommer innenfra vi må lære oss til å kontrollere. Vi må lære oss til å møte våre egne følelser og prøve å få glede ut av dem. En upålitelig person er hans problem, men at jeg blir irritert er mitt problem. Kan jeg klare å se en konflikt på forhånd, for derved å dempe mine følelser?

Istedenfor å irritere seg over andres feil, burde jeg kanskje gå i meg selv for å se om jeg selv også kanskje har noen feil jeg burde gjøre noe med. Kanskje kan det da bli lettere å tolerere andres feil, når jeg selv vil innrømme at jeg har noen. Vi må derfor ha et indre landskap som er stort nok til å akseptere andres væremåte. og den følelsesmessige kapasiteten må kunne romme:

- Det ventede og det uventede.
- Det behagelige og det ubehagelige.

Kanskje er vi ikke klar over at vi har et slikt indre landskap, som skal kunne gi rom for andres væremåte, tro, glede, omsorg og sorg – altså hverdag og virkelighet. Kanskje er du da heller ikke oppmerksom på at dine nærmeste har et slikt indre landskap, som skal kunne gi rom til deg, og dette er da noe å tenke over i dine daglige gjøremål.

Jeg ser helst at andre forandrer seg, men kanskje er det meg selv som er for sårbar, og da må jeg jobbe med mine følelser og mitt indre landskap.

Går jeg dårlig sammen med mine arbeidskolligaer eller min ektefelle, er det nærliggende å tenke på å skifte jobb eller ektefelle. Men det er et uttrykk som sier at nissen følger med på flyttelasset, og dette betyr da at du tar med deg dine problemer inn i ditt nye forhold.

Istedenfor å tenke på flukt, må du gjøre noe med din egen sårbarhet, og du må holde et alvorlig møte med deg selv hvor alt av problemer, som bor i deg, må være representert rundt bordet, og hvert problem må gjennomdrøftes. Vanskelig? Ja, men uten en slik gjennomgang kommer du ikke videre.

Følelsene sier mye om oss selv, og vi må lære oss å kjenne disse og vårt reaksjonsmønster på de ytre begivenheter. Vi må ikke bli en fremmed i vårt eget hus. Vi skal være levende mennesker og være til stede i våre egne liv. Vi må kunne se oss selv og våre nærmeste i øynene og vite at det vi selv og våre venner ser er oss selv på godt og vondt. Dette er meg, og det står jeg for. Det å prøve å være noe annet enn det en er, blir som oftest gjennomskuet etter kort tid.

Vel dette var noen tanker om følelser og et forsøk på å forklare at har jeg det vondt eller godt inne i meg, så vil dette gi seg uttrykk i min ytre væremåte. Derfor må vi, gjennom bevisst jobbing med oss selv, sørge for å tømme oss for de vonde følelsene som bare gjør oss nedtrykte og deprimerte.

Misunnelse er en forferdelig ting. Skal vi få det godt selv, må vi også unne andre noe. Vi må lære oss å være ydmyke og glede oss over andres fremgang når vi ikke når opp selv.

Såga om «Olav den hellige» og litt om kristningen av Norge

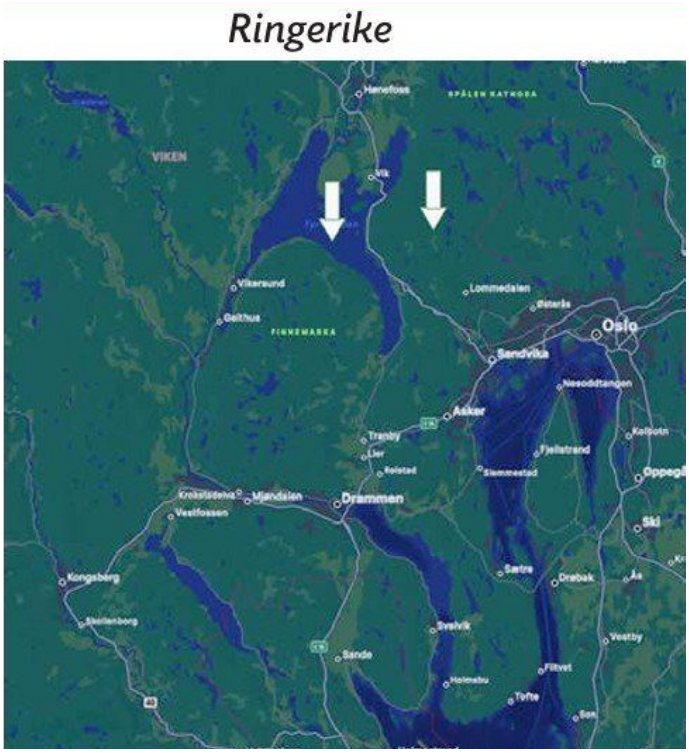
Av Per Stranger Thorsen, Losje IX Tønsberg

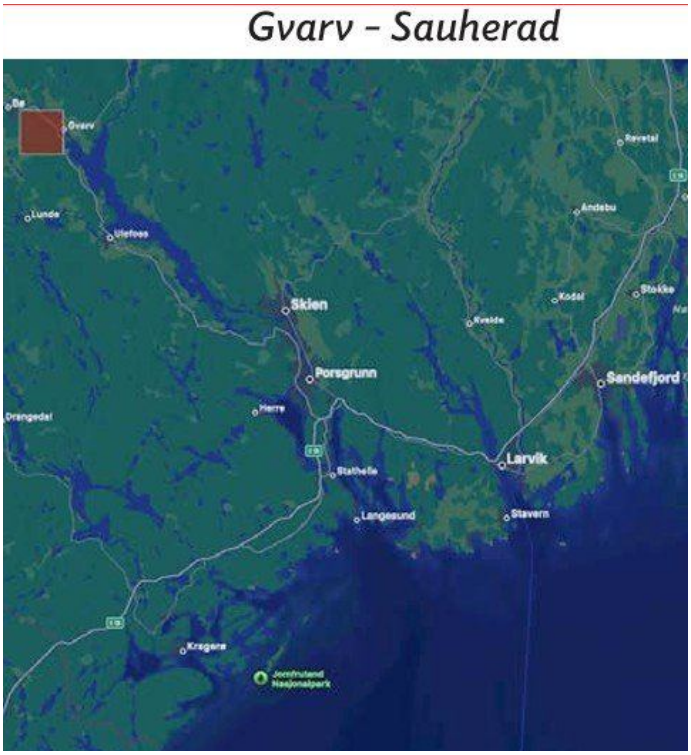
Redaksjonen setter stor pris på samarbeidet med Broder Per, og at han igjen bidrar med sine store historiske kunnskaper og oversikt. Vi håper denne artikkelen vil bygge opp rundt interessen for Olav Den Hellige og det tusenårs-jubileet som kommer i 2030.

Bakgrunn og opphavet til Olav Haraldsson året 995

Mange strides om hvor Olav Haraldsson ble født, enkelte historikere mener han ble født på gården Åstad i Ådal på Ringerike, mens andre kilder mener han ble født på storgården Stein nær Hønefoss (Ringerike). Nyere forskning overstyrer Snorre og hans teorier om at Olav var født på Ringerike. Det foreligger nå dokumentasjon på at Olav ble født ved Tinghaug på Lindheim i Sauherad i Telemark (kilde: *Norge i Vikingtiden-v/Thorstein Vale*). Dette var en av flere av storgårdene stefaren til Olav Haraldsson Sigur Syr eide. Uavhengig av hvor Olav ble født, er historikerne stort sett enig om at fødselsåret var 995.

Historien begynner med at Olavs biologiske far Harald Grenske (Harald Hårfagres barnebarn), født og oppvokst i Grenland nær Tunsberg, derav navnet Grenske. Harald var av kongeslekt og konkurransen om kongesete var stor. Harald valgte som 15 –16 åring å rømme til Sverige da han som kongsarving ble sett på som en trussel av Eirikssønnene, sønnene til Erik Blodøks som da hadde kongemakten.





Under tiden i Sverige bodde han antagelig sammen eller i nærheten av Dronning Sigrid Storråde som hadde bosted i område rundt Gøteborg/Gøtaelv, og han oppholdt seg der antageligvis et år eller to. Harald Grenske reiste så videre til Danmark og oppholdt seg der sammen med Harald Blåtann på Jylland. Etter en kort tid beordrer Harald Blåtann, Harald Grenske som nå var ca. 18/19 år, til underkonge i Sør-Norge med fylkene Viken og Agder som ansvarsområde. Harald Grenske gifter seg så med Åsta Gudbrandsdatter som blir gravid, og som senere skal føde sønnen Olav Haraldsson med tilnavnet «Olav den hellig» året 995.

Selv om det ikke var vanlig, hendte det at konger og stormenn hadde flere friller eller koner hvis de fant det politisk tjenlig. Harald Grenske reiser samme år som Olav Haraldsson ble født (ca 995) tilbake til Sverige for å fri til enkedronning Sigrid Storråde. Han hadde lært henne å kjenne som 15-16 åring, under sitt første opphold i Sverige. Sigrid synes nok ikke Harald Grenske var tilstrekkelig storkar, og under et voldsomt drikkegilde smøg hun seg ut, stengte ytterdøren på utsiden, og satte fyr på huset. Dermed ble Olav Haraldsson farløs da han kom til verden.

Olav Haraldssons mor, Åsta Gudbrandsdatter gifter seg nå på nytt med småkonge og storbonden Sigur Syr som hadde flere gårder rundt om på Østlandet. Sigurd var ifølge Snorres sagaer en dugelig bonde, men en dårlig kriger, men Ifølge sagaen ble det sagt at han var en klok mann, og Olav rådførte seg mange ganger med stefaren Sigurd senere i livet. Sagaen forteller videre at stefaren Sigurd sto Olav bi under slaget ved Nesjar i år 1016. Vi vet at Olav henvendte seg til sin stefar Sigurd for å få råd og hjelp, da han ønsket å bygge en hær i Norge.

Ifølge nyere kunnskap vokste Olav opp på gården til stefaren Sigurd Syr «Lindheim» i Sauherad til han var 6 år. Derfra reiser moren Åsta Gudbrandsdatter med Olav til en av Sigurds storgårder på Ringerike, antagelig storgården Stein eller Åstad som er omtalt av Snorre. Her bor Olav til han er 12. år før han drar ut på sin første vikingferd.

Olav Haraldssons ungdomstid og de første vikingtoktene

Snorre forteller om Olav:

«Han ble snart en kjekk kar. Han var vakker å se til, middels høy av vekst. Han var svært tettvoksen, hadde store krefter, lysebrunt hår, bredt ansikt, lys hud og rødlett ansikt. Han hadde usedvanlige gode øyne, de var vakre og så kvasse at en kunne bli redd for å se ham i øynene når han ble sint. Olav var svær i idretter og kunne mange ting. Han var god til å skyte med bue og siktet godt. Han kastet spyd bedre enn de fleste, var hendig og hadde et sikkert øye for all slags håndverk. Han ble kalt Olav Digre. Han talte djervt og kvikt, var tidlig voksen i alle ting, både i styrke og vett, og alle frender og kjenninger var glade i ham. Han var ærekjær i leik, ville alltid være den første.» (kilde: Heimskringla)

Bare 12 år gammel ble Olav introdusert for livet som sjøfarende viking. Moren, Åsta sendte ham ut på vikingferd



Katedralen i Canterbury. Her har "The Church of England" hatt sitt hovedsete siden Henrik den 8. ble uvenner med Paven. På tidspunktet rundt 1009 var det den katolske kirken og Roma som hadde overherredømme. Foto: Ukjent

sammen med den erfarne vikingen Rane, som ble en viktig lærer for den unge gutten. Motivet for denne vikingferden langs svenskekysten, sies å være at han ønsket å hevne sin far Harald Grenske. Så langt historikerne vet og kan rekonstruere hans reiser gjennom sagaer og korte omtaler gjennom europeiske kilder, seilte han i til Østersjøen 1007 og herjet først langs svenskekysten for deretter å reise ned mot Gotland og Estland. Når høsten kom, seilte han ned mot Novgorod ca: 180 km sørøst for St. Petersburg i nåværende Hviterussland og overvintret her. Våren etter i1008 herjet han blant annet på øyene utenfor Estland og rundt kysten langs Finland. Derfra drar han videre ned mot Danmark hvor han slo seg sammen med den kjente Jomsvikingen Torkjell Høge. De seilte sørover langs Jylland, ranet og herjet, og vant flere slag mot lokale vikinger. Deretter seiler de videre ned mot Frisland som i dag er en del av Holland. Etter flere stridigheter med Frieserene reiser de sammen over mot England. Her var målet å erobre storbyen London, men forsøket mislykkedes.

Alle engelske barn lærer sangen «London bridge is falling dovn» osv. Sangen er for engelske barn like kjent og kjær som Norske barn synger «Fola - Fola Blakken». Engelske myter sier at det var vikingkongen Olav Haraldsson som dro ned broen over Themsen for å komme seg videre oppover elven, noe han som kjent ikke lykkes med. Hvorvidt dette er riktig kan diskuteres, men historien finnes gjenfortalt i Heimskringla, om enn i en litt annen versjon

Olav og hans hær valgte og returnerte, og seilte ned Themsen og over mot Englands sørøstlige hjørne med byen Canterbury som mål. Her hadde Erkebiskopen sitt sete. Erkebiskopen ble drept og katedralen ble ranet for det den hadde av verdier.

Olavs tid i Normandie 1008 til 1014

Etter plyndringa i England reiste Olav til Normandie, der han gikk i tjeneste hos hertugen av Normandie. I denne perioden antagelig fra 1008 og til 1014 deltok Olav i flere slag i Spania og langs kysten av Portugal helt ned mot



Brønnen i krypten under katedralen i Rouen

Gibraltar. Noen kilder mener at han også reiste sammen med pilgrimmer og korsfarere helt inn til Miklagard (nåværende Istanbul) og ned til Jerusalem. I 1013 returnerer han til Normandie. Han ankommer byen Rouen, hvor Olav døpes. Snorre skriver noe om at Olav ble døpt som barn av Olav Tryggvasson. Hvis så er tilfelle er det her mer snakk om en bekreftelse på dåpen, med andre ord en konfirmasjon.

«I en katedral. Bak en port. Ned en trapp. Og der, dypt nede i en krypt, ligger den: Brønnen på bildet over. Den kan ha gitt vann til Olav den helliges dåp for ganske nøyaktig tusen år siden. Anno 2014 fører sporene etter dåpshandlingen og den norske helgenkongen de besøkende langt inn på høyre side i Rouens ruvende romansk-gotiske katedral i Normandie. Forbi tause søyler, statuer og ornamenter. Gjennom to lave smijernsporter og ned en buet steintrapp. Så, bak en mannshøy smijernsport ligger en krypt. Og der, midt på et steingulv er en brønn. Kilde: Aftenposten.»

I februar 1014 dør kong Svein Tjugeskjegg som på slutten av sitt liv var konge over Danmark, Norge og til slutt England for en kort periode. Olav reiser nå fra Normandie til England sammen med den tidligere englandskongen Ethelred 2. som hadde til hensikt å gjenerobre London og det øvrige engelske riket. Olav bidro til at kong Ethelred 2 fikk makten tilbake i England og sagaen sier at han belønnet Olav rikelig med sølv. Sagaen sier ellers ikke så mye om hva Olav gjorde i England denne vinteren og våren bortsett fra å kjempe for kong Ethelred, men Olav bar på en drøm han hadde hatt, og som kom til ham under oppholdet i Rouen i Normandie.

I drømmen så Olav en elv med rennende vann som delte seg i mange bekker og strømmer, vannet rant utover store landområder og gjorde jorden fruktbar. En mann talte til ham i drømmen og sa at slik skulle også hans gjerning spre seg, og bringe velsignelse til mange mennesker. Da Olav våknet tolket han drømmen slik at drømmen var et varsel om at han som kristenkonge skulle spre kristentroen på samme måte som vannet.

Med bakgrunn i drømmen bestemmer Olav seg for å reise tilbake til Norge for å kreve det norske kongedømme. Landet og kongedømme var etter flere år blitt oppdelt, og ble styrt av flere småkonger, jarler og høvdinger. Harald Hårfagres intensjon om å samle Norge til et rike ble aldri noen langvarig suksess. Interne kriger og maktspill medførte at landet ble delt opp, og Olavs kongstanke var å kristne og samle hele Norge til et rike, slik hans oldefar Harald en gang hadde gjort. Olav reiser fra England høsten 1015 med to knarrer. Om bord hadde han flere munker, prester og tre biskoper. Disse skulle hjelpe Olav med å oppnå drømmen om å kristne Norges befolkning.

Olavs tilbakekomst til Norge året 1015

Olav ankommer Norge etter noen dagers seiling, og seiler inn til Viken. Olav hadde med seg mye sølv både fra tiden i Normandie og som lønn fra den engelske kong Ethelred 2. Med dette sølvet kjøpte han seg mannskap og ikke mint støtte og lojalitet fra slekt og venner på Østlandet. Dette måtte til for å bygge en hær og en flåte.



En knarr hadde et skrog som lignet langskipet, men var laget for å ha mye last eller folk om bord. En knarr hadde færre åre-par enn et langskip. En knarr ble mest brukt til å seile. Foto: Illustrasjon ukjent opphav

Olav så på seg selv som guds stedfortreder når det gjaldt håndtering av lov og rett. Hans grunntanke var at alle var like for loven, uansett stand og byrd. Dette viste seg å bli en stor utfordring for Olav da mange småkonger, jarler og stormenn likte dette dårlig. Dette skulle skaffe Olav mange fiender.

Palmesøndag 25. mars 1016 seirer han over høvdingene Svein Jarl, Einar Tambarskjelve og Erling Skjalgsson i det berømte sjøslaget ved Nesjar, som antas å være samme sted som «Mølen» ved Helgeroa vest for Larvik (Kaupang). Samme år blir Olav tatt til konge på Øretinget i Trøndelag.

Kilde

www.pilegrimsleden.no/artikler/vikingkongen-og-helgenen-olav

Olavs tid som konge fra året 1016 til hans død 29 juli 1030

Etter seieren ved Nesjar i 1016 hvor Olav vant sjøslaget over landets mektigste høvdinger stadfestet dette hans rolle som konge av Norge. Senere samme år ble Olav valgt til konge ved Øreting i Trøndelag. Nå følger det ny tid for Norge med et mer organisert styresett og en kristen lovgivning som ble introdusert ved tinget på Moster i Sunnhordaland i 1024.

Olavs styringsmodell var ikke bare et politisk prosjekt, men også et forsøk på å forene folket under én konge og én tro. Ved å innføre kristenretten og sentralisere makten, la han grunnlaget for det norske kongedømmet slik



Et kongedømme med fremgang og motstand

Gjennom de 15 årene Olav var konge i Norge, opplevde han stor fremgang, men også mye motstand, særlig fra jarlene i Trøndelag som hadde en allianse med kongen av Danmark. I 1028 måtte kong Olav flykte til Novgorod hvor han tilbrakte et par år ved prins Jaroslav i sitt hoff. Den russiske fyrsten var ikke bare kong Olavs svoger, men også fosterfar for hans sønn, Magnus den gode.

vi kjenner det i dag. Mange områder i landet opplevde for første gang et felles lovverk og en sterkere tilknytning til kongemakten i stedet for lokale høvdinger. Dette førte til omveltninger i maktbalansen og skapte både nye muligheter og konflikter mellom gamle og nye eliter.

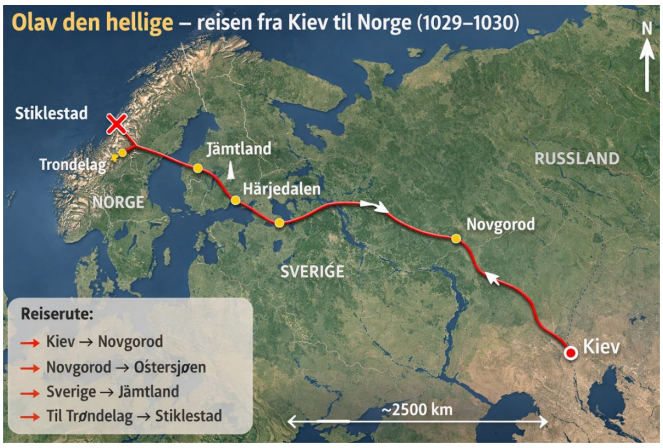
Olav organiserer styringen av Norge med seg selv som konge. Han utpekte lendmenn rundt om i hele Norge. Lendmennene hadde oppgaven med å verne landefreden samt å administrere et område på vegne av kongen. Som lønn fulgte det som regel en større gård ofte en kongsgård, eller andre former for gaver eller godtgjørelser. Oppgaven som lendmann var ikke arvelig, og kongen valgte gjerne lendmann fra «bygdearistokratiet» eller andre menn som hadde gjort seg fortjent til en slik oppgave. Kongen førte kontroll med sine lendmenn gjennom utvalgte Årmenn. Årmannen hadde blant flere oppgaver skatteinnkreving, påtalerett og eksekusjonsmyndighet, noe som innbar retten til å dømme eller straffe folk ved tinget. Årmennenes oppgave kan mer sammenlignes med dagens domsmenn, forvalter eller bestyrer av kongens gods og kongsgårder. Tittelen som Årmann ble senere endret til sysselmann i senere middelalder.

Kirken gjennom biskopene hadde sine egne årmenn, hvis oppgave var å ivareta kristenretten, de hadde påtalerett ved brudd på kristenloven.

Til tross for samlingen av riket, og innføringen av kristenretten hadde Olav vist en hard fremferd mot motstandere rundt om i landet. Dette hadde gitt han mange fiender. Flere av disse fiendene søkte tilflukt hos kong Knut den mektige av Danmark og England. Motstanden mot Olav innenlands økte raskt, og hans kontroll over det norske kongedømmet ble svekket etter at han i desember 1027 lot drepe Erling Skjalgsson, en sentral leder på Vestlandet. Sommeren etter ankom Knut den mektige landet med en flåte på 50 skip og ble utropt til norsk konge på Øretinget. Olav flyktet deretter til Sverige og reiste videre til Kiev, hovedstaden i det som vikingene kalte Gardarike, hvor han bodde hos sin svoger storhertugen Jaroslav.

Håkon Eriksson som var utpekt som jarl i Norge, av Knut den mektige av Danmark og Engeland, omkommer i et skipsforlis og Olav ser nå en mulighet for å gjenvinne sitt kongerike da jarlen Håkon Eriksson har omkommet antagelig høsten/tidligvinter år 1029

Olav starter reisen mot Norge og seiler nå gjennom elveløpene opp mot Østersjøen. Han velger å seile rundt Gotland og oppholder seg her under våren og forsommeren 1030, for som Snorre skriver i Heimskringla var gotlendingene enda ikke kristnet, og Olav så det som viktig å omvende dem. Han reiser nå videre gjennom Sverige hvor han samler en hær bestående av svenske krigere, nordmenn i eksil, og ulike eventyrer og leiesoldater opp mot Jemtland og videre mot Verdalen i Trøndelag.



Han oppholder seg på gården Sul for å samle troppene sine. Snorre skriver at Olav og hans menn slo leier på hovedgården Sul. Historien sier og at det var så mange menn der at de tråkket ned kornåkeren. Bonden ble arg og sier til Olav at *"Jeg ser kongens menn tramper ned alt kornet, jeg håper at Gud ser skaden og*

at kornet retter seg opp innen høsten» Ifølge sagaen rettet kornet seg opp etter en uke.

Etter noen dager beveger Olav og hans menn seg fra Sul og nedover mot Stiklestad. På Stiklestad møter han bondehæren ledet av høvdinger som Kalv Arnesson, Hårek av Tjøtta og Tore Hund. Man antar at folkene på begge sider av striden, var mer eller mindre kristne så denne striden sto ikke om kristendommen mot åsatroen, men først og fremst en strid om kongemakten.

Olav dør i slaget ved Stiklestad 29. juli 1030. Datoen blir senere etablert som Olsokdagen i den norske kalenderen. Sagaen sier at det var Tore Hund som ga Olav banesåret. I kirka på Stiklestad er det plassert en større stein bak alteret, som etter mytene skal være den steinen Olav Haraldsson lente seg mot da han fikk banesåret og døden inntraff. Kirken på Stiklestad skal etter sagnet være plassert der slaget i året 1030 sto.



Kilde: fotograf ukjent

Kristningen av Norge og «Olav den hellige» som helgen

Del 2 av denne artikkelen omhandler Olavs tid som kristenkonge samt samhandlingen med kirken og dens ledere. Videre er arbeidet med kristningen av Norges befolkning og hans tid som helgen beskrevet. Den delen kommer i neste utgave av St. Olavposten.



Slaget om Heilag Olav Foto: Roar Svendsen, Lojse XXI Voss

Vennskap

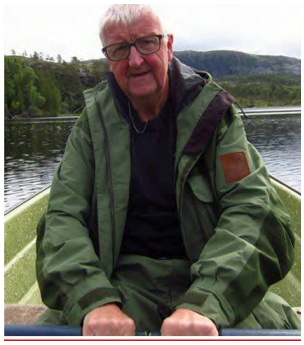
Av Arvid Playm Husan, Losje XXII Stiklestad

www.youtube.com/watch?v=7AJTMVCmeoo

Vennskap er beskrevet som et fortrolig forhold mellom mennesker. En person man har et slikt forhold til, er en venn. Det er minst to kategorier venner; personer man gjerne omgås, og personer man virkelig liker å omgås, en personlig nær venn. Det siste er det ikke-, og skal kanskje heller ikke være mange av. Hvordan et vennskap blir til, er neimen ikke lett å beskrive. Det bare oppstår, ganske spontant, eller det kan utvikle seg over noe tid. Det finnes livslange vennskap, og det finnes vennskap som oppstår når som helst i et menneskeliv. Stikkordet er Kjemi.

Jeg vil nå gjerne dele en helt personlig opplevelse med dere: For ganske mange år siden opplevde jeg å bli sittende sammen med en vilt fremmed mann under en flytur fra Værnes til Amsterdam, der vi bare begynte å snakke. Jeg husker ikke i dag om hva. Samtalen gikk imidlertid veldig lett, og da flyturen var slutt, følte jeg at vi kunne ha fortsatt samtalen i lang tid. Vi skulle begge videre, til hvert vårt bestemmelsessted, men da vi skiltes, gav vi begge uttrykk for at det hadde vært en veldig god samtale og et trivelig samvær. Jeg hadde en sterk følelse at her måtte kjemien ha stemt. Hadde møtet skjedd under andre omstendigheter, er jeg ganske sikker på at det hadde hatt store sjanser til å utvikle seg til et vennskap. Kjemien er uransakelig. En sjelden gang stemmer den så til de grader. Andre ganger kan det stikk motsatte være tilfelle.

Ekteskap/Samboerskap er en veldig viktig arena for vennskap. Min klare erfaring er at uten gjensidig følelse av et godt vennskap, blir et kjærlighetsforhold vanskelig i det lange løp. Jo eldre man blir sammen, og når tiltrekningskriterier som man hadde tidlig i forholdet endrer



seg, jo viktigere blir vennskapet. Noen har en god venninne/venn å betro seg til når noe butter imot, og det kan være bra. Men jeg er overbevist om at dersom den du har valgt å dele livet med, fortsatt er DIN beste venn, så er det en mye bedre løsning.

En som har beskrevet emnet på en veldig fin måte, er Ulla Hornborg. Hun var finsk, men skrev for det meste på svensk. Jeg har dristet meg til å oversette dette lille diktet hennes.

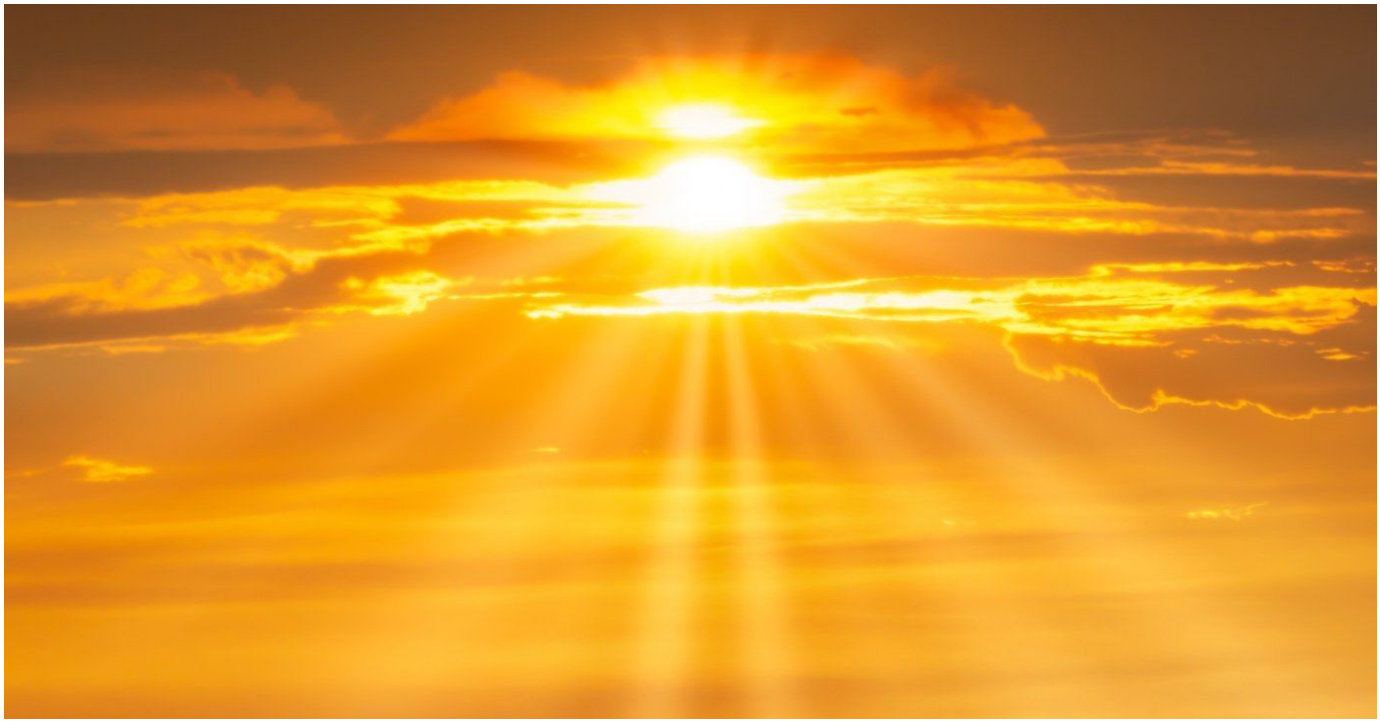
Hva er et vennskap?

Ulla Hornborg, oversatt av Arvid Playm Husan

Hva er et vennskap, kan det forklares
Blikket som sier; venner er vi
Vi snakker sjelden, om hva vi føler
Vi bare vet det – venner skal vi forbli
Kanskje med tiden, ses vi for sjelden
Møtes ei ofte, skilles igjen
Men når vi treffes, er du den samme
Vi vet det begge, vennskapet varer enn
Jeg føler glede, at du finnes i verden
At vi kan møtes, og skilles så
Helt uten fraser, selvsagt og enkelt
Tenk, en slik gave, kan man av livet få

I lyset - mot lyset

Av Roar Svendsen, Stråleglansens Ridder, Festina Lente



«In Luce, ad Lucem»

er deler av noen setninger vi hører ofte i vårt arbeide i Ordenen Riddere av Det Hvite Kors. Som Embetsmann i den nystiftede Forskningslosjen Festina Lente, med den flotte Embetstittelen «Stråleglansens Ridder», faller det meg naturlig å skrive noe om mine betraktninger omkring dette.

For meg bringer det mine tanker til våre Losjemøter, der jeg sammen med gode Ordensbrødre, som med årene har blitt til gode venner, får muligheten til å senke skuldrene, i en ellers så hektisk hverdag. Der kan jeg lytte til gode ord, mye flott musikk og gode innlegg. Her har jeg lært meg å «legge hverdagens bekymringer til side», i hvert fall for en liten stund. Jeg lar meg, hver gang, fengsles av Ritualenes ord, Symbolikk og Embetsmennenes utøvelse av sine plikter. Hver gang likedan som forrige møte, med noen små forskjeller i Embetsmennenes utøvelse.

Og det er i dette det hele, at det skapes minneverdige møter for min egen del.

Min Losjedag begynner med at jeg ordner mitt antrekk, og om jeg har en Embetsoppgave å utøve i Losjemøtet, så møter jeg opp i god tid, slik at jeg kan få en stund før møtet starter, til å hilse på mine Brødre, kanskje kommer det Brødre på besøk fra våre nabolosjer. Men, før jeg kommer så langt som til å dra til Losjelokalet, bruker jeg tid på å forberede meg hjemme, kanskje skal jeg fremføre en tekst, kanskje har vi Opptak av en ny Kandidat, eller så er det en Broder som skal passere til en ny Grad i kveldens møte.

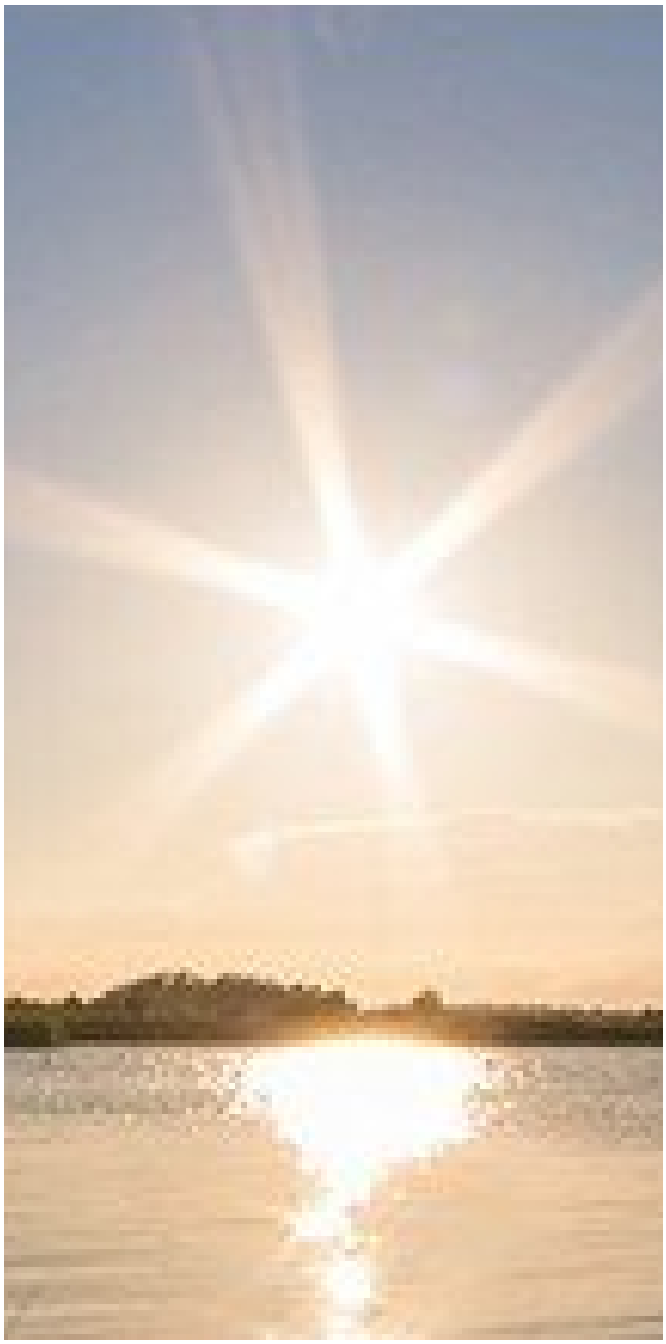
Og det er her jeg har festet meg ved ordene «i Lyset, mot Lyset». For meg er det å være en Ordensbroder noe jeg forbinder som positivt, og om vi klarer å få nye Kandidater til å bli med, så opplever vi vekst. En kan si at dette er å leve «i Lyset» og når vi aktivt, gjennom verving, vender oss «mot Lyset», gjerne inspirert av gode og positive

tanker omkring vår Orden, så blir vi til «Lysets krigere». Paulo Coelho har skrevet «Håndbok for lysets krigere», som er en inspirerende filosofisk bok, der leseren blir oppfordret til å leve ut sine drømmer, akseptere livets usikkerhet og finne sin unike skjebne.

Vårt medlemskap i RHK er jo en mulighet for å utvikle oss til en bedre utgave av oss selv, selvutvikling, selvinnsikt og daglig motivasjon til å gjøre det bedre for de rundt oss, og derved også for seg selv. «Det er ved å gi, man får» blir det også hevdet, eller «man høster som man sår». Om man forholder seg til det første, så opplever jeg at selv den minste ting kan ha stor betydning for andre. Bare det å si god morgen til noen du møter på morgenen, eller tilby deg en håndsrekning om du har mulighet til det, vil spre noe godt. Om vi ser på det siste, så forbinder jeg dette med at om du virker tverr, lite hjelpsom osv, så vil du få dette tilbake når du selv en gang trenger en liten dose med omtenksomhet. Gjør mot andre det du vil andre skal gjøre mot deg, er en god leveregel. Gjør du godt, så blir du møtt med godhet tilbake.

«I Østen Stiger Solen op, den spreder guld på sky, går over hav og bjergetop, går over land og by Den kommer fra den favre kyst, Hvor paradiset lå; den bringer lys og liv og lyst til store og til små Den hilser os endnu så smukt fra edens morgenrød, hvor træet stod med evig frugt, hvor livets væld udflød.»

Slik lyder noen av versene fra Morgensang af Elverskud. Jeg har tillatt meg å lage mitt eget vers til denne mektige melodien, som vi ofte kan høre.



««Den hilser oss fra Lysets hjem, dens stråler varmer oss i fra øst, helt til den forsvinner under randen i vest».»

Ta imot Lyset vi får i våre møter, plei det og del det med alle dine medmennesker, Brødre og Søstre. Det er det mest dyrebare vi har, og det er det mål vi alle arbeider mot.

Møteplan for Storkollegiet, Kollegiet, Provinsiallosje og Festina Lente, høsten 2026

Redaksjonen i samarbeid med Storseglbevarer vil forsøke å holde våre Brødre orienterte om noen viktige datoer, for høsten 2026.

Uke	Stor-kollegiet	Kollegiet	PLO Trøndelagen	PLO Borgar	PLO Miøsen	PLO Viken	PLO Kaupang	PLO Gula	Festina Lente
35								29-30/8	
36						5-6/9			5)5-6/9
37			12/9						
38	1) 19-20/9				18-19/9				
39		3)26-27/9						25-27/9	
40							3/10		
41				10/10					
42									
43	2)23-25/10								
44									
45						7-8/11			
46		4)14-15/11							
47				21/11	20-21/11		21/11		
48									

1)	Rikslosjemøter i 9., 15. og 18. Grad
2)	Drott og Hærmestermøtet 2026
3)	Rikslosjemøter i 25., 26. og 27. Grad
4)	Rikslosjemøter i 19., 20., 21., 22., 23. og 24. Grad
5)	Embedsmannsmøte og Losjemøte Festina Lente på Hønefoss

Møtedatoene er distribuert til redaksjonen fra Storseglbevarer. Vi minner alle om å følge med på de invitasjoner som den enkelte Broder får tilsendt fra Storkollegiet, Kollegiet eller Provinsiallosjen, med tanke på registrering av eventuelle Gradspasseringer og påmeldinger til de enkelte møter.

Når det gjelder Festina Lente, så vil det gjennomføres Embedsmannsmøte lørdag 5. september. Søndag 6. september vil det gjennomføres Rituelt møte for alle medlemmer av Festina Lente, møtet holdes i 4. - 5. Grad, og vil bli avholdt etter siste møte i Provinsiallosje Viken samme dag. Det vil bli sendt ut egen invitasjon til medlemmer av Festina Lente, med mulighet for å melde seg på møtet. I invitasjonen vil det også bli gitt informasjon om innhold i møtet. Er du ikke medlem av Festina Lente ennå, kan du melde deg inn ved å tilskrive Skriver i Festina Lente: FestinaLente@losje.org

Nye Brødre 31.3.–30.5.2026

Etternavn	Fornavn	Losje	Startdato
Bakke	Jonny	XVII Stavanger	06.01.2026
Naustvik	Øyvind	XX Haugesund	06.01.2026
Bøhaugen	Jonas	V Fredrikstad	07.01.2026
Hasle-Finstad	Oddbjørn	IV Sarpsborg	07.01.2026
Mathisen	Ivar Camillo	V Fredrikstad	07.01.2026
Stumberg	Erik	V Fredrikstad	07.01.2026
Murud	Stein Erik	IV Sarpsborg	14.01.2026
Kvamseng	Halvor	IV Sarpsborg	15.01.2026
Bergseng	Tormod	VII Moss	05.02.2026
Adnan	Blend	II Oslo	24.02.2026
Ingvaldstad	Tellef Raustøl	II Oslo	24.02.2026
Dalfi	Ali Salam	XX Haugesund	26.02.2026
Bakke	Kjell	XVII Stavanger	17.03.2026
Vestrum	Are Nordby	XI Sandefjord	24.03.2026
Skagseth	Anthon	XIX Trondheim	16.04.2026
Vilimas	Kostas	XVI Hamar	16.04.2026
Bing	Christoffer	XI Sandefjord	28.04.2026
Kurtovic	Sasa	XI Sandefjord	28.04.2026
Bråtet	Jan Stian	XIX Trondheim	30.04.2026
Hansson	Thomas	I Drammen	04.05.2026
Myklatun	Per	XX Haugesund	07.05.2026

Vi ønsker våre nye Brødre hjertelig velkomne blant oss!

Brødre som har gått bort 31.3.–30.5.2026

Etternavn	Fornavn	Losje	Død dato
Holte	Einar	St. Olav III Kongsberg	29.01.2026
Lorentzen	Alf Johan	St. Olav XII Bergen	17.04.2026
Karrestad	Odd Erik	St. Olav IV Sarpsborg	01.05.2026
Johansen	Einar	St. Olav IX Tønsberg	16.05.2026

Vi lyser fred over deres minne.

Pusteøvelse

Av Rolf Jacobsen

Hvis du kommer langt nok ut
får du se solen bare som en gnist
i et sluknende bål
hvis du kommer langt nok ut.

Hvis du kommer langt nok ut
får du se hele Melkeveiens hjul
rulle bort på veier av natt
hvis du kommer langt nok ut.

Hvis du kommer langt nok ut
får du se Universet selv,
alle lysår-milliardenes summer av tid,
bare som et lysglimt, like ensomt, like fjernt
som juninattens stjerne
hvis du kommer langt nok ut.

Og ennu, min venn, hvis du kommer langt
nok ut er du bare ved begynnelsen

- til deg selv.